

1

کونٹریکٹس ڈائریکٹوریٹ کے زیر نگرین
محکمہ کے چاروں شعبوں میں

مفتدى اقرأ الثقافى

www.igra.ahlamontada.com

مسجد اقصا في القاهرة

للكتب (كوردی - عربی - فارسی)

www.igra-ahlamontada.com



بهرزگای چاپ و به خطی سمرقم دهری دهکات

قماره (۱) سالى (۱) - تموزى ۱۹۹۹ - يوشىيرى ۲۶۹۹ - Issue No. (1) 1st year July 1999

نه‌کرم قه‌ره‌داخی

یہی وہ نذیبہ کاں لہ رنگای سہرٹوسہرٹوہ نہایت

1944-1945: 10

مؤتلفان وفهرز: شهناز یار سامان محمد صالح

بزرگ و پدیده رنگدارمگان ، چاپخانه ی دلیر .

نتیجہ: ۱۰۰

Tel: 00 873 761 477 268 - 00 873 682 040 391

File: 00-873 682 040 392 - 00-873 761 477 269

بیرونی ڳٺلاریکی زانستی به زمایی گویدی. څمولوئی ډیرلیری زانلو
پهپوهو لمریزو میندایی زانست وخت راپلویکیایی کیده بیوو. پدمها و
سدان چار له کور و کورونووهو سمپلرمان و لمرچر لایرهیی څټلری
لایر. لدم لواته څولریکریکریکوهو و لمر و لیرانو. کدیچی که
لایر و څاکړی نیمه لږ څټلریکریکریکوهو لایر څټلرمان لیدیت. له څولر نه که
لمرچر زانست لمر لمر زانستی څاک و څولر و ډولولیش بډه پیرنستیکی
همپدیشی و هدیئی زان و رستلری همدو څاکلیک و هدی و څولرکی
مرفزانه. داسی پهریدان و پشکونان و پراوتی همدو څولرکیکی صبر
لدم زانستمنش زانستی بایله و پهلکونان و پشکونان زانستی و
لنگه ښواریکی صبر همدو دینویری. یو ډولکوهیکی به پهمو کړوایی
زان و رولری صبر دمنی وک لمدوهی کی کهسه کی لیمش. ډیو کړنه
زان و څولرکیکی زولائی څولرکوهو به زانست څولری. لکه هولیئی
پدمست هینایی باقمی زان و پشکونان دمانوویکی ډولکوهی.

[illegible]

المجلس الوطني

لەم ژمارەیدا :

Physics	فیزیك
17-14	مايكرۆويف : لازر
24-22	تیشكى گەردوونی : جوان محمد رەئوف
26-30	خۆره ووزە : دانا قەرداخی
86-85	زینگانەری ئاوكی موگناتیسی : كەمال جەلال غەریب
103-100	ھارسانگی گەردوونی : جمال محمد كەمین
140-139	مايكرۆفیلیم : میران
140-141	تیشكە ئاوكی یەكان : نەرویز ھەسەین
Veterinary	فیتینەرەری
113-110	زۆد بوون لە ئاسكدا : رۆشن
131-126	نەخۆشی سەدەی بیست : د. ھەرمیدون عبدالستار
Pharmacology	دەرمانزانە
21-18	كارىگەری خۆراك بۆ دەرمان : د. نەزاد عبدالقادر
240-227	مانە بێھۆشكەرەكان : فاضل نیراھیم
Computer	كۆمپیوتەر
136-132	قەیرانی خۆیندنەوێ كۆمپیوتەر : سەركەوت
107-104	ئەنتەرنێت : غەزیز ئالانی
174	چۆن كۆمپیوتەرەكەت دەپاریزی : ھەلەكەوت
191-187	دەھقانە نوێیەكانی كۆمپیوتەر : ژێوار - س
179	فایرۋەسی چۆن ئۆیل :
Astronomy	كەردوون ناسە
109-108	ئێمە ھەموو مەریخ بەرێوین : شێرزاد ھەسەن
209-204	دەفرە فەرمەكان : یاسەین مستەفا ئەھمەد
Scientific research	تۆیژینەوێ زانستە
160-160	دیالۆگی زانستى : محمدەد ھەبەر كەرىم
197-192	پووی نوێی زانستى لە ژاپۆن : قادەر حاجی ھەزیز
Ecology	ژینگە زانە
218-210	شارە گەرمەكان : ھوسەین ھەسەن
Genetics	بۆماوەزانە
246-241	نەربەرە جین : نەزاد ھارس ھەمە خان
203	مەدالی ئاوی بۆرە شووشەكان :
Parapsychology	پاراسایكۆلۆژی
201-198	پاراسایكۆلۆژی چییە ؟ : ئەندێرا محمدەد ھەسەین
New discovery	دەھشتانە نوێ
77-75	مۆبایل : زانا رەئوف
81-80	مالی بێ تەل : سەریست
88	تەلەفۆن ئۆتۆمات : تەلەفۆن ئۆتۆمات
90	تەلەفۆن ئۆتۆمات : تەلەفۆن ئۆتۆمات
90	تەلەفۆن ئۆتۆمات : تەلەفۆن ئۆتۆمات
Medicine	نۆزەداری
13-10	بەلەگی : د. ھەرمیدون قەلەتەن
26-25	بۆرە گمۆلی گون : د. شەھزاد ھەل رەشید
53-50	دان یەشەو ھۆکارەكانی : د. سەید شەخ لەتەف
88-87	ئای سەپ : د. كاوە قادەر قەرداخی
122-119	نەخۆشی ویلەسن : د. كوردۆ ئەكرەم
178	ھەمەردەنی پووك : ھەمەم
248-246	كەم خۆشە : د. مەھمەد
Physiology	فیزیۆلۆژی
73-69	بیست و كەری : د. محمدەد جەزا نوری
97-89	ئاو و خۆی لەش : د. ھەبەر ھەمە ئەھمەد
118-114	ژەھراوی بوون بە ئەلەكەول : د. ئازاد نوری عەبدالله
183-182	مەدالی شەخە خۆره : پاستی
184	نۆستەنی مەدال :
186	خەیرا ئیدانی دل :
Sex	سێكس
9-3	ئایدن : د. مەھمەد
29-27	قیارگا : د. ئاسۆ ھەمە
Parasitology	سەخۆزانە
60-58	كەری تۆرمەکی ئاوی : ق.م.1
Chemistry	كیمییا
84-74	دەستانی كانزەكان : جەمال ھەبەر
Microbiology	میکروبۆیالۆژی
40-37	ھێلەكۆپاکتەر پایلۆزی : د. فوئاد بابان
57-54	كەمپایلۆ بەكتەریۆس : د. جەلال مەجید شەریف
Nutrition	خۆراکزانە
42-41	کافەین : ئەلف مەم
68-61	پۆلی جەری لەلەشدا : ئەكرەم قەرداخی
103-146	شەری دایک (بەشی یەكەم) خالد خال
226-219	بایەخ و پۆلی ئایدین : د. ئاورنگ محمدەد
Agriculture	کشتوکێش
99-98	ئاردی بۆر : جەمیل جەلال
109-104	چاندن و بەرھەم ھێنانی بۆر : ھەل ئەھمەد ئەجیب
120-123	مێو لە کوردستاندا : ئەفرادین مستەفا صالح
172-166	پووکە پزیشکی : كاوە محمدەد تەر
Geology	جیۆلۆژی
49-43	بۆمەلەزە : سۆزان ئەنوەر قەرەج
128-127	خەمەلەدنی تەمەنی بەرد : دانا م.

تاییدز AIDS

دکتور بنده مسموی
مأمور سانی کولتری پزشکی / رانکری سامهانی



مندان بونوه یان لرنیگی شیر پیدانه زوچار روودات. خو نو کسانش، کلهناو نو تاقیگه یاندا کارده گمن که کمرستی توش بونیان به HIV تیدا بیت، رنکه فایروسو نه خوشی به که هدلگرن.

نه خوشی و کارنه اندامزانی Pathophysiology

HIV لیری پالاوت ناسی یوه (فایروژنی) یوه نمدامی بشی رتی فایروسه که له خیزانی لیتی فایروسه، و تیرگی نریکی ۱۰۰ نانومتر دهیت.

ناوړکی فایروس (HIV) پیک هاتوه لرایبوزه ناوکه ترشیک RNA genome و نه نمریکه که پیری ده لیس (Reverse transcriptase)، لشیوی بازیه کدا پروتینی ژماره ۲۴ (P24) و ژماره ۱۸ (P18) دوری ناوړکی که ده د. دوچینی چوری هدیه که دوری نم بهشانی پالاوت که ده د و دوچینی تر که (gp 41) و (gp 120) ن لیسر نم دوچینه چوری نم، نم دوچینی کوتابی فایروسه که (gp 41) و (gp 120) له گلیکوپروتین درست بون و توانایگی زوریان هدیه بچه سر گودی (CD4) و به چورنژوروی دوچینی فایروسه که خو ب ناو لشی سر که (CD4) له کارده کورت.

مولیکولی CD4 لیسر خانه لیمفاری به کانی چوری (یارده در T) هن که نم خانه نمرکی بمرگی لشیان پی سپرد راوه.

بیجکه له گودی CD4 خانه کانی دیکمی بمرگی سر و وک تاکه خانه کان، ماشه سر و وکان (monocyte/macrophage) که نمرکی په لاماردانی میکروبیان هدیه، به خوی فایروسی (HIV) یوه هیزشیا ده کرتسر. بزه نو کسمی دوچار فایروسی HIV دهیت بمرگی لشی دا ده بزیت.

پاش لوی که به ش گلیکوپروتینی (gp 120) ی فایروسی HIV له گمل CD4 دا یک ده گرن نمه رنکه به لکانندی و هیزش کردن لیسر خانه کان ده دات.

پاش لوی فایروسه که ده پیت ناو خانه کانی لشی سر و که و لیر دا ترش ناوکه رایبوزه کمی RNA ده گروت ب. DNA به خوی نمری (Reverse transcriptase) و نه نم DNA به لگمل (DNA genomic) ی خانه نو سر و لیدا تیکمل ده بن.

DNA فایروسه که لوانیه له خانه کاند به شیه کی مت بون بیتنیه یان DNA به که زیاد ده کات و دوربارا ده بیتنیه (Replication) و ده بیتنیه خوی گورینی ب. RNA

نو نه خوشیانی لسانی ۱۹۸۱ وک همدیک شیریه خوی ده گمن، و شیریه خوی کاپوسی (Kaposi's sarcoma)، یان همدیک هورگونی سی له خوی Pneumocystis - carinii - (که خوره هورگونیکی ناتاسایی سریه کانه تنها لمر کساندا ده بیزت کمرگی لشیان زور بهتندی دایزوه) لوراته به کگرتوه کانی نمریکادا به بمرکوتن لشیان نو کساندی کاری سیکسی له گمل ترخه کمی خیزاندا ده کز Homosexual که لور و پیش ساغ بون، له کوتایدا به خوشی نایدز ناسران. و نه نم خوشی به وک پتایه که (epidemic) لمریکادا بلا بوه.

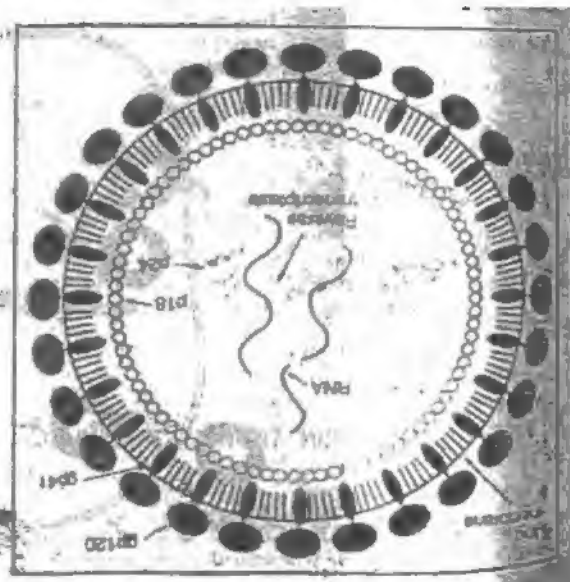
لسانی ۱۹۸۴ و زانرا کمدورچار بون به خوشی نایدز په یونندی له گمل فایروسی (HIV) دا هدیه.

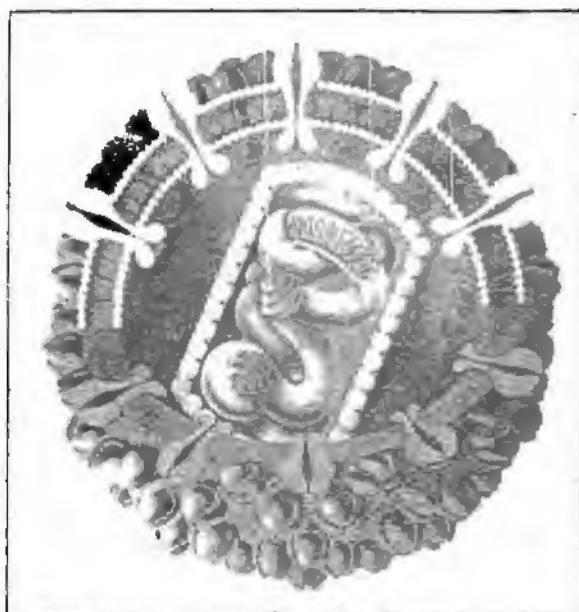
هو هوکاره کانی:

دورچار بون به فایروسه کانی HIV1 - HIV2 ده بیتنیه خوی نه خوش کورت به نایدز. HIV2 نریکی ۱۰٪ له HIV1 ده بیت، له کاتیکدا HIV1 لمریمو جیهاندا بلا بوه توه، HIV2 زورتر لور و ناوای نمریکادا ناسراوه.

رنگی بلا بون لوی نم فایروسه فره چشته (واته چفتد جورنکه): فایروسه که یان به خوی جوت بونوه (Sexual contact) و یان به خوی درست بونوسی په یونندی پزیشکی یوه - خون گورس، دهری لیدان - له کسیتگوه ده گورتز توه ب. کسیتی دیکه. هور و ها نو کساندی که خوشی نه خوشی خون بمریونی بزماری (هیموفیلیا) بون لوانیه دورچاری نم فایروسه بن.

گواستنه ی نه خوشی به که لمدایکوه ب. مندانده کمی لرنیگی





فایرس، که تمعش دهیته هژی دوست بوونی فایرس نئی وه فایرسه که لفریگی بشی سمرهوی خانه کدا دیتسه دهره وه فایرسه تازه که ناساده بۆ نهری خانهی دیکه نئی توش بکات وه نم بازنده دویاره دهیتموه.

په تازانی Epidemiology

لسالی ۱۹۹۲ دا لهراته په کگرتوه کانی نهریکادا نریکی پهک ملیون کس توشبوی فایرس (HIV) بووه وه لوانه نریکی (۲۰۰۰۰) کسان دویچاری (AIDS) بوو بوون. لسالی ۱۹۹۳ دا نهخوشی نایز هژکاری سهرکی مردن بووه لهریوان نهریکاییه کانی تمعن نیران ۲۵-۴۴ سالی.

لسالی نیران ۱۹۸۰-۱۹۹۰ توش بوون به فایرس (HIV) بهشیویه کی وا بلایووه تهره که سهره جیهانی گرتوه تهره وه لسالی ۱۹۸۸-۱۹۹۶ بلایوونهوی نهخوشی به که بهشیویه کی خیرا لهرچه کانی خواروی ناسیادا بهتاییه هیندستان و تایلاند بلایووه تهره و بهشیویه سهره کانی لهریوان ۱۹۹۶ دا هیچ گه لیک نهیوه لهریواندا که له نایز تازاد بویت.

لسالی ۱۹۹۸ دا ژماره توش بوون به HIV گهشته (۳۲) ملیون کس وه نریکی ۱۲ ملیون کس لهر کوش لهر کوشی به هفتا کانه تانیستا به نهخوشی به مردون وه لسالی ۱۹۹۷ دا بهتنها نم نهخوشی به بوته هژی مردنی ۲۰۳ ملیون کس وه نیوی نم ژماره به تافره بوون و ژماره منالانی مردو لهر تمعنی (۱۵) سالیوه به نهخوشی به لهر سالتا (۴۶۰۰۰) کس بوون، وهنیستا نم فایرس به به کیک لهر ده (۱۰) نهخوشی به داده نریت کسره کترین هژکاری مردن لهریواندا، وه کاریگریه کانی لهرهاتووه زور به گهری ره چاره کرت لهر دوو هژ:

۱- چونکه فایرسه که زور بهزوی بلایووه بهتهره.
۲- وه لهرهوی نهخوشی به که لوانه به چمن سالیکی تری بویت تا کوتاویکی (پن کوه) (لقاح) کاریگری به بنزرتهره وه سهره کی دهریشتی دهویت تادهرمانیکی سهرکوتوی به بنزرتهره.

بهشیویه سهره کانی لهره خراوی دوستی جیهانی (WHO) واره چاوه کرت ژماره توش بوون به فایرس HIV ۱ زیا بکات به ۴۰-۱۰۰ ملیون کس لسالی ۲۰۰۰ دا.

دویچاری بوون به نهخوشی AIDS/HIV لهراته دهره کوتوه کانی زیادی گرتوه بهتاییه و لهره هژره کانی که دهرمانیکی کسان هیه به گوتی دهر به نهخوشانه وه

لهریوان و لهره پشهمازی به کانی دویچاری بوون به HIV که سهره به هژی پهری خواراستهره لهر و لهراندا. وه به هژی به کاریتانی چمن دهرمانیکی تازوه که نهخوشی نایز وه پش کوتی نهخوشی به که دوا ده خات.

وه لهر ناچانهی وهک ییابانی گهری خواروه لهره فریادا که زورترین ژماره توش بوو به AIDS/HIV ی تابه لهریواندا، وه نریکی ۲۱ ملیون کس لهر ناچیهیدا بهم فایرسه توش بوو وه نریکی ۸۳% نهری مردوان به نهخوشی AIDS لهر ناچیهیدا بووه لهریواندا. لهریوانیوه کدا که له به کیک لهره کانی زهباوی کراه ۵۹% لهرانی سهر دویچاری فایرس HIV بوون به لهر لهریوان نهریواندا که گهر پلان دهریت به پهری خواراستن ههر لوانه به نهخوشی بهشی هشی هشی به نهریوان نهریواندا که سهریوان به نهخوشی به که که سهره نهریوان ژماره توشبوون وه بلایوونهوی نهخوشی به که لهریوان لهریوان شاره کانی به به کانی سهریوان.

به لهر باکوری نهریوان وه رهره لهریوان نهریواندا تا نهریوان ههر مانه تهره بهو شیهی کسره توش بوون وه نهخوشه کانی نایز تیایاندا که سهره و ژماره توش بوون لهر ناچانهیدا به فایرسه که نریکی تنها ۲۰۰۰۰۰ کسه. و لهره کانی نهریوانی رهره لهر لهر دهریوان نهریوانیوه کی کت دهریوان دی لهریوان توش بوون به فایرس HIV. لسالی ۱۹۹۴ وه نم ژماره به پهریوان (۶) جار لهره کدا زیادهو. وه

و لهره لهره کانی به کیهی سهریوان کون وه لوانه به کگرتوی رهریوان وه نهریوان ژماره کی زور لهر نهخوشانه تیادا بلایوونهوی و نهریوان ده گهریوان به

بشه گروپي B نه خوشی یه کانی کژسندامی ده مار
Neurologic disease
بشه گروپي C توشپونه دوهمیه کان
Secondary infections diseases
بشه گروپي D شیریهغه دوهمیه کان
Secondary neoplasm
بشه گروپي E زږد حالتی تر
Other condition

خاسیته کانی خنر بشنک و به کورتی له خواروه پاسکراوه.
گروپي یه کم کومه له نیشانه تیږه کانی HIV
Acute HIV syndrome
نزیکی ۵۰-۷۰٪ خنر مرږقنکی دوچار بوو به ځایړسه که
له ۳-۶ هفتی دوی یه کمین توشپوندا (Primary
infection) شم کومه له نیشانانه (Syndrome)
به ځایړنهوه دهینن. وه خاسیته کانی بریتین له تا، لمرز، نازاری
جومگه، نازاری ماسولکه وه دهوکردنی همدنیک په له لمر
پیتست maculo papular rash، وه پیتست خوراندن،
نازاری سک، سک چوون، وهتفانته هورکردنی پسرده کانی
دهماغ aseptic meningitis نمه نزیکی ۱-۲ هفتیه که
دهخاینیت، کاتیک کېمرگری لشی شو مرږقه دوی HIV
دروست دهیت، شم نیشانانه له ځایړنهوه لخوا دهچن. پاشان
زړی یه شم نه ځایړنهوه څهچنه قوڼاغی مت بوڼمه clinical
latency همرچنډه ژماره یه کم نه ځایړنهوه ناچنه شو شم
قوڼاغوه به لکو لمانده به شپویه کی بهردوام نه خوشی یه که
دهمینتیهوه وهرو خرابی دهچن.

گروپي دوهم

توشپونی یه نیشانه Asymptomatic infection پاش
تغینمه به ځایړسه که زړی زړی توش بووان بز ماوه
دو سال یه نیشانه دهن وهباری تغندوستیان باشه به لام توانای
نویهانه هده خه لکی تر توش بکین وه ماوه تغینمه
به ځایړسه که همتاوه کو دهوکردنی تروای نیشانه کانی
له خوشی یه که زږد جیاوړه لغتوان خه لکی دا وه لغتوانی (۱-
۱۰) سالیده. به لام توانای که لمرزگی دهوی یهوه دهرمانی
به څشکر به کاردهیتن لوانه یه کورسکی خیراتریان هیت
وهووی مت بوونان (Clinical Latency) ماوه یه کی
که متیت.

شم کاتاندا ژماره T cell + CD4 به بهردوامی
له دابنډایه.

گروپي سیمه هه لخوا ساندنی نیمه گریکان به بهردوامی

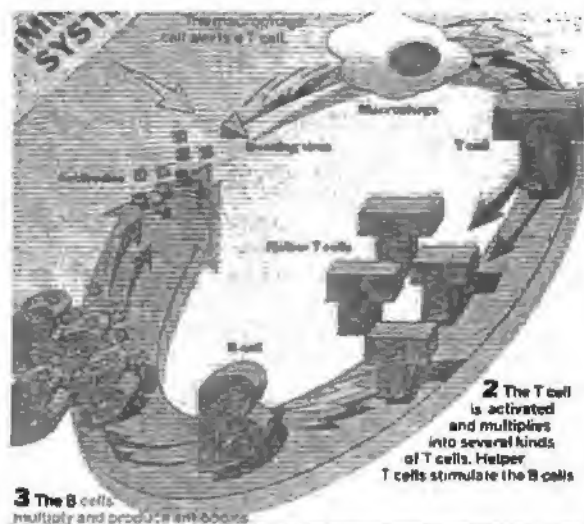
هوکاری به کارهیتانی دهرمانی به څشکر به دهوی
به شپویه کی ناگوځار.
له ولته کانی شمیرکای لاتیسی و ناوچی کاربی دا رنژی
دوچار بوون به ځیری بمرز دهیتوه، له هایتی و کوماری
دزمینیکاندا ځایړسه که رنژی ۸٪ ناوختی سکپری
دوچار کړوه. وه له بمرزلی و چاوپروان ده کرت نزیکی
۱۹ ملیون خه لک بمر ځایړسه له (۱۲) سالی داهاتودا
لخوا بچن.

روخسارمکانی توشپون به ځایړی HIV

clinical manifestations of HIV infection

بمیری شو دابشکردنی لمینتری کونترولی نه خوشی یهوه
CDC هاتوه. نیشانه کانی هورکون به ځایړی HIV به زږد
به شپوه باس کراوه. وه خواروه:

گروپي یه کم کومه له نیشانه تیږه کانی HIV
Acute HIV



HIV syndrome

گروپي دوهم هورکونیکي یه نیشانه
Asymptomatic infection

گروپي سیمه هه لخوا ساندنی گری لیفاریه کانه به شپویه کی
بهردوام Persistent generalized lymphadenopathy other disease
گروپي چوارم زږد نه خوشی تر

وه شم گروپه ده کرت به زږد بشه گروپي ترهوه.
بشه گروپي A Constitutional disease (نمونه تا،
دابنډی کیش، سک چوون)

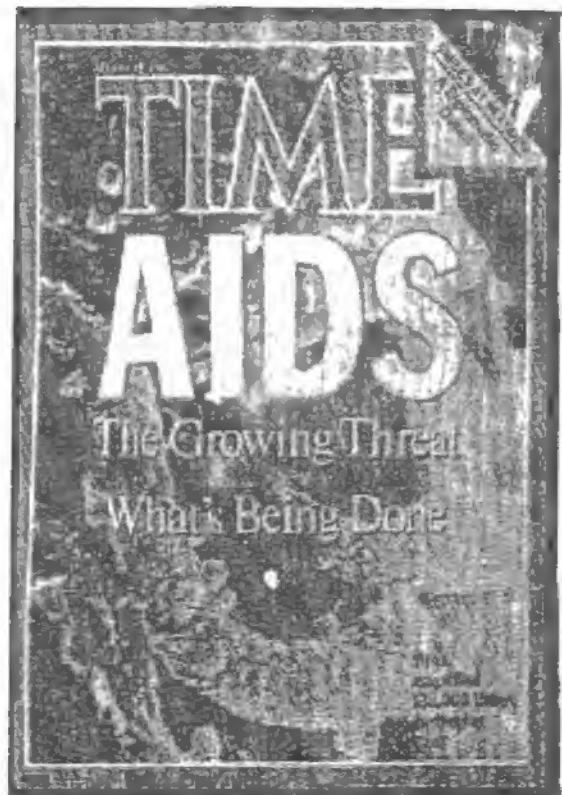
ھىروھى ھىندىك پىشكىنى تىر ھىن بۇ ناسىنە ھايرۇسە كە
بەكار دىن ۋەك P CR.

چارەسەرگەردى Treatment

بەكار ھىتەنى ھىندىك دەرمان دەپتە ھۆى ئىۋى كەتۋانەنى
كەتۋانەنى نەۋىشە كەتۋانە ھەيە زىاتەر بۇر. لىر دەرمانانە
زىدۇۋىدىن Zidovudine ۋە ھىندىكى تىر ۋەك دىدانوسىن
Didanosine ۋە لامى فىۋىدىن Lamivudine كەتۋانە
كارە كەتۋانە سىر نەۋىشە Revers transcriptase كە
لەۋىۋىزى ھايرۇسە كەتۋانە ۋە كەرى نەۋىشە كەتۋانە دەۋىستىت.
ھىندىك دەرمانى تىر ھىن كارە كەتۋانە سىر نەۋىشە پىرۇتەز
HIV Protease ۋە لىر كەرى دەۋىشە ۋەك نەۋىشە ھاير
Indinavir ۋە رىتوناۋىر ritonavir.

ئىم دەرمانانە لىر كەتۋانە بەكار دىن كەتۋانە كەتۋانە نىشانە كەتۋانە
ھىتە ۋە/يان ژمارە ھاىر كەتۋانە CD4 + Tcell لىر
۲۰۰ ھاىر/مايگىزىتەك دا كەتۋانە (ژمارە ناسىنە ئىم
خانە ۶۶۰ - ۱۵۰۰ ھاىر/مايگىزىتەك دا). ھىروھى ئىم
دەرمانانە لىر كەتۋانە كەتۋانە نەۋىشە كەتۋانە ھىچ
نىشانە كەتۋانە نەپتە بەلام ژمارە CD4+ لىر ۲۰۰-۵۰۰
ھاىر دا بىت.

ئىم دەرمانانە ھىرە كەتۋانە ئاكامى ھاىر ھاىر ھاىر بۇ نەۋىشە
زىدۇۋىدىن دەپتە ھۆى دابەزىنى كەرى مۇخى ئىتەك.
تاكى كەتۋانە تازە كان ھىندىك ھاىر تىر بىتەك لىر ھاىر CD4
داۋەتەن بۇ بەكار ھىتەنى دەرمان لىر ھاىر بىر ھاىر بە HIV دا
نەۋىشە قورسى ھايرۇسە كەتۋانە بەلام ھاىر Plasma Viral
load (PVL)، ۋە دەرەش كەتۋانە كەتۋانە كەتۋانە ھاىر
دەرمان (زىاد لىر ھاىر) بۇ چارەسەرگەردى تىر ھاىر
لەۋىشە ھاىر تىر كەتۋانە دەرمانىك.



بەھايرۇسى HIV روۋەدات، يان دابەزىنى ژمارە پىرە كەتۋانە
خوۋىن Thrombocytopenia كە لىر كەتۋانە ھىر كەتۋانە
بىر نىشانە كەتۋانە روۋەدەن. يان ھىندىك نىشانە كەتۋانە ئاكامى
ھاىر ئىم دەرمانانە دەرەش دەپتە كەتۋانە بۇ چارەسەر
نەۋىشە كەتۋانە بەكار دىن.

Diagnosis of HIV - ناسىنە ھاىر ھاىرۇسى HIV infection

پىشكىنە تاكى كەتۋانە كان دەرمان دەستىشەنى نەۋىشە كەتۋانە
بىر كەتۋانە تاكى كەتۋانە لىر ھاىر ELISA كەتۋانە بۇ
HIV دەرەش، ۋە ئىم پىشكىنە زۇر تىرە كەتۋانە ۋەزۇر
ھىتە ھاىر (۹۹.۵%) بۇ ناسىنە ھاىرۇسە كەتۋانە.

ھىندىك پىشكىنە تىر ھاىر ۋەك Western blot كەتۋانە
بەكار بەكار دىن بۇ سىلانە تىر ھاىر كەتۋانە.

ھىندىك چارە تىرە كەتۋانە لىر ھاىر كەتۋانە تىرە كەتۋانە
بىر پىرۇتەنى HIV - P24 antigen ۲۴ لىر ھاىر كەتۋانە
دەرەش كەتۋانە ۋە تىرە كەتۋانە پىرە ناسىرە پىشە ئىۋى
دەرەش بۇ ھايرۇسە كەتۋانە دەرەش بىت.

ھاىرۇس HIV دەرمان تىرە ھاىر بىرەشە (زىر)
لەۋىشە كەتۋانە يان ھاىر خەتۋانە كانە ھاىر پىلازما ھاىر خەتۋانە.

نمودارهای گوناگونی که در این کتاب آمده است، نشان می‌دهد که ویروس ایدز چگونه به بدن انسان حمله می‌کند و چگونه سیستم ایمنی بدن را تضعیف می‌کند. این کتاب به شما کمک می‌کند تا بفهمید که چگونه می‌توانید از ابتلا به این ویروس جلوگیری کنید و چگونه می‌توانید با این ویروس مقابله کنید.

References: سرچاوه‌کان

- 1- HARISON'S Principles of internal medicine companion Handbook. 13th Edition.
- 2- Cecil Essentials of Medicine. Fourth Edition.
- 3- The Prescriber UISEF No 16-17 September 1998.
- 4- Davidson's principles and practice of Medicine Seventeenth Edition
- 5- Textbook of Medicine Edited by R.E. Souhami and J.Moxham First Published 1990.



خۇپاراستن

- په پرونده کې، راپور ورکړل شوی چې د ویروس ایدز د خورښت د ادهرت په ګرځندګرۍ ځانې څو پاراستن لاندې خورښت کې، چېنکه د ویروس د هرې زړې تفرینې په ښه خوښۍ کې په ځوې جوړتۍ یوون له ګڼل توشې بوانه، چا لېږندویه چاګتین رنگه یو نه‌پېشتنې ګواستندویه فایروسه که جوړتۍ نه‌پېوړه له ګڼل کسانې ګومان لیکل شوی.

رنگه‌په‌کې ترې څو پاراستن به کار نه‌پېشتنې سرچېه یو جاری دوهم به‌تایېمتې له‌نیوان نمو کسانه‌دا ګډه‌پېمانې یې‌هوشکېر به‌کار دینن، وه‌پېوړه‌ها ده‌پېنت بېانقې خوښه‌کان پشکېنې تاقېکې یې څو یان بکېن یو هم‌مو کیسېک خوښه که ده‌ریت به‌خوښ یو کم‌کړندویه ګواستندویه نه‌خوښۍ په‌که له‌پرتګې خوښ دانوه.



بەلەكس (VITILIGO)

دكتور فەرەيدون قەفتان
پىچۇرى نەخۇشەكانى پىست لە كۆلىنچى پىزىشكى
زانكۆى سلیمانى



ژمارەى شانه رەنگ دروستکەرەکان بەپێى تەمەن زۆرى مەزۆف کەم دەبێتەوە.

سەرەرای رەنگ کردنى پىست کارو فرەمانى میلانین پارێزگارىکردنى تووشەکانى خوارووى پىستە دژى تیشكى سەرۆ و نەوشەى (Ultra Violet) ى خۆرە.

میلانین جگە لە سوود زیانیش بە لەشى مەزۆف دەگەینیت: یىنگومان میلانین هەلەزى گەرمى بۆ لەش پەتەر دەکات، هەر لەبەر ئەوەى رەش پىستەکان گەرمى لە ۳۰٪ لە کۆکەزەکان پەتەر هەلەزەمەن، هەرەها میلانین دژى دروستبوونى ئیتامین دى (D) دەهەستێتەوه، بۆیە منالى رەش پىستەکان لەکاتى کەم خۆراکیدا پەتەر تووشى گێرێى (Rickets) وەك لە کۆکەزەکان دەبێت، چونکە رەنگى پىست کال زياتر رەنگا بە دروستبوونى ئیتامین دى (D) دەدات.

دو جۆر شێوانى رەنگى میلانین دەبێت:

- (۱) سەى بوونى پىست واتە بەلەكى لە ئەفەامى کەمبوون یان ئەفەامى میلانین لە پىستدا.
 - (۲) تۆخ بوونى پىست لە ئەفەامى زۆربوونى میلانین.
- لە هەرەو جۆرەکەدا زۆرى زۆرى رووبەرى پىست، هەموو یان چەند شوێنىکى دیارىکراوى پىست دەگرێتەوه.

بەلەکی:

نەخۆشیەکی بەسەرلای پىستە، کارەگاتە سەر ۱٪ ى دانیشتوانى ئەم جیهانە، لە خێزانیەکاندا بەک یا چەند کەمێتک دووچارى دەبن. هەرچەندە هۆکارى روون و ناشکرا و دیار بۆ ئەم نەخۆشیە نیە، بەلام یىنگومان هۆکارى جەن (Genetic) هۆکارێکى گرنگە، بۆیە چەند تیۆریەك بۆ ئەم نەخۆشیە دانراوە لەوانەش:

- (۱) تیۆرى دژە بەرگری خۆ (Auto - Immune Hypothesis):

ئەم تیۆریە پشت تەستوورە بەوى کە نەخۆشى بەلەکی لەگەڵ نەخۆشیەکانى تری دژە بەرگری خۆدا روودەوات وەکو نەخۆشى دەردەزۆی و شەکرە... هتە.

- (۲) تیۆرى پەيوەند بە هەستە دەمارەکانى پىستەوه (Neurogenic Hypothesis):

ئەم تیۆریە پشت دەبەستێت بە پژانى ماددەبەك لە کۆتایى هەستە دەمارەکانەوه کە لەوانەى بە گۆزى رەنگى پىست کارىگەر بێت.

- (۳) تیۆرى خۆ لەناوێردنى شانه رەنگ دروست کەرەکان:

رەنگى سەروشتى پىست پەيوەندە بە هیمۆگلوبىنى خۆش، کارۆتینۆید (Carotinoids) و رەنگى میلانین کە لە شانه رەنگ دروست کەرەکانى پىستەوه دەردەچێت.

ئەوى کە رەنگ دەدات بە پىست ماددەى میلانینە، جیاوازیى لە نێوان رەنگى پىستى نەتەوهکانى ئەم جیهانە دەگرێتەوه بۆ ژمارە، قەبارە، شێو و چۆنیەتى پلازموئەوى ماددەى میلانۆسۆم (Melanosomes) کە لە پىستى مەزۆف دایەو ماددەى میلانینى هەلگرێتەوه، ئەم میلانۆسۆمانەش لەرێى شانه رەنگ دروستکەرەکانەوه (Melanocytes) دروست دەبن و دەگەنە شانهکانى تری پىست.

مەزۆف رەنگى پىستى لە دوو سەرچاوەوه وەرەگرێت:

- (۱) ئەو رەنگى کە بۆ چەندىتى رەنگى میلانین ى ناو پىست دەگرێتەوه وە تەنها پەيوەندە بە رەگەز جینەوه.
- (۲) ئەو رەنگى لەئەفەامى تیشكى خۆرۆ کارىگەرەکانى تەرۆه دروست دەبێت. پەلى رەنگى پىست بە جیاوازی شەرتى لەش و رەگەزى مەزۆف جیاوازه، لە پىست رەشەکاندا تۆخترین شوێن پىستى سکۆ کالتربىشى بەشى خوارووى پىستە، لە پىست سەپپەکاندا تۆخترین شوێن بەشى سەرۆوى رانە و کالتربىشى خوارووى پىستە. کێژانیش رەنگى پىستیان لە پیاو کالتەر.

شانه رەنگ دروستکەرەکان (Melanocytes) ى ناو پىست دوو فرەمان بەجێ دەهێنن:-

- (۱) دروستکردنى میلانۆسۆم کە رەنگ دەداتە پىست.
- (۲) پلازموئەوى گۆزانەوى رەنگ بۆ شانهکانى تری پىست.

جیاوازی لەنێوان پىستى نەتەوهکانى ئەم جیهانە وەکو پىست سەپپەکان (کەسکۆزى)، مۆنگۆلى و رەش پىستەکان (نێگروکان) بۆ بوونى چەندىتى رەنگى میلانین دەگرێتەوه.





Melanocyte Self - destruction) :(Hypothesie

له پسته نه‌خوشه‌کی به‌له‌کیدا رنگ (Melanin) و شانه
رنگ دروست‌کمره‌کانی پسته (Melanocytes)
به‌توانی نامین.

نیشانه‌کانی به‌له‌کی:

له‌مور تمه‌نیکدا پسته به‌له‌کی بوی هیه دروست، به‌لام
نیوی نه‌خوشه‌کان له تمه‌نی ژیر بیست سالی‌دا... نه‌خوشه‌که
زور لسه‌خو زیا ده‌کات.
بوی به‌کم جار به‌له‌کی کم رنگ پیدایا ده‌یت به‌تایستی له
شوتاندا که‌تیشکی خو ده‌یانگرتسه و کو: رو و پشتی
ده‌ست، تم شوتانه به‌ناسانی به‌تیشکی خو ده‌سوتین،
نه‌گم خو ده‌یانسوتین به‌ده‌گمن توشی خوراندن ده‌بن، یان
نه‌خوشه‌که بوی به‌کم جار به‌سپی بونی موی هندی شون
ده‌ست پیده‌کات. به‌رکوتنی پستین و به‌ده‌وامی پسته
سروش‌تی له نه‌خوشه‌دا توشی به‌له‌کی ده‌یت، تم دیارده‌یه
پستی ده‌ورت دیارده‌ی کوینر (Koebner
phenomenon). نانارامی ده‌رونی له‌وانه‌یه له‌زیاد‌بوونی
به‌له‌کیدا رژی ده‌یت.

به‌له‌کان له شوتانه ده‌گرتسه که پسته‌که تیایاندا توخه
و کو: رو، بن باخه‌ل، ناو پان، گوی مسمک و گه‌لوگون
(genitalia)، یان له شوتانه‌ی که به‌ده‌وام به‌هوکاری
ده‌ره‌کی ده‌کون و کو: پشتی ده‌ست، قاج، فاشیک، نه‌ژو و
قوله‌پن.

هرچنده له‌وانه‌یه به‌ناریکوپیتی به‌له‌کان دروست بین، به‌لام
به‌شویه‌کی گشتی تم به‌رو له‌بهرن (Symmetrical)،
به‌ده‌گمنیش هله‌ده‌کوت که همو له‌ش به‌له‌ک پسته.
به‌له‌کی ده‌رویه‌کی به‌رو ده‌رویه‌ی هیه. روویه‌کی
به‌ناریکوپیتی زیاد ده‌یت و له‌گن به‌له‌کانی تمیشیه‌ی به‌له‌
ده‌گرتسه، مو له‌ناو به‌له‌کاندا به‌ره‌شی ده‌مینیتسه، به‌لام
زور جاریش مو له‌پله‌نی که زور کاتیان پن چوه. بین رنگ
و سپی ده‌بن، رنگی ده‌رویه‌ی به‌له‌سپه‌یه که له‌وانه‌یه توخ
بیست.

گه‌ره‌ترین گه‌یوگرتی نه‌خوشه‌که له روی جوانیه‌یه،
هرچنده هندیکیان به‌له‌کاتیان له‌به‌ر تیشکی خو سور
ده‌بنوه ده‌سوتین. تم نه‌خوشه‌یه به‌به‌ره و ورده ورده، هندی
جاریش زور به‌خیرایی له موی چند مانگیندا زیاد ده‌کات و
بوی چند سالی‌دا ده‌مینیتسه.

به‌له‌کانی خو به‌خو خوی و به‌بن درمان له ۱۰٪ ی
نه‌خوشه‌کاندا له‌وانه‌یه رنگی پستی سروش‌تی به‌تیتسه،
به‌خیش له شوتاندا که به‌ر تیشکی خو ده‌کون، تم
رنگ هینانه‌یه‌ش که‌م به‌سره‌کی به‌ده‌رویه‌ی کونی
نیرکه موکان دا ده‌بن.

هاوکات به‌له‌کی له‌گن هندی‌ک نه‌خوشی ترده رنده‌کوت
پیکوه توشی نه‌خوشه‌که بین، له نه‌خوشیانش و کو: زور یا
کم نیش کردنی رژی ده‌ره‌قی، کم خونی کوشنده
(Pernicious Anaemia)، نه‌خوشی نه‌دیسون
(Addison's disease)، شه‌کره، ده‌ده‌پوی، مورفیا
(Morphea)، خالی هالو (Haevus) و خالی
شیربه‌جیمی (Malignant Melanoma).

چاره‌سره‌کردن:

بوی داپوشینی له‌پله‌نی که به‌ده‌رویه‌ی له روی جوانیه‌یه
نه‌خوش ده‌توانیت به‌گیاه‌ی تاییت بوی تم مه‌سته به‌له‌کان
داپوشیت، یان له پله‌نی که له ژیر کاریگری تیشکی

خوردان به گیاروی دژی تیشکی خور پیسته‌که بیارتزیت،
یتجگه لمه‌نه دوو رنگای سهره‌کی هن:

- رنگای یه‌کم:

حبی سزالین (Psoralen) له‌گئل تیشکی خور: له زۆری
نه‌خۆشه‌کاندا چارهمه‌یه‌کی به‌سووده، رۆژانه به‌پیتی تمه‌ن
(۲۰-۳۰ ملیگرام) لم حبه‌ پاش نان خواردنی به‌یانی
وره‌گیرئ و پاش دوو کات ژمیر له‌ حبه‌ خواردنه‌که نه‌خۆش
نهر شوتانه‌ی که به‌له‌کن بۆ ماره‌ی چهند خوله‌کێک ده‌یدانه به‌ر
تیشکی خور و ده‌ گاته‌که زیاد ده‌کرت تا ده‌یت به
پانزه‌ خوله‌ک، به‌لایینی که‌مه‌وه بۆ ماره‌ی شمش مانگ و پاشان
بۆ چهند سالتیک. رۆژانه پاش نهر پانزه‌ خوله‌که نه‌خۆش ده‌یت
له‌ تیشکی خوره‌وه دوو‌یت، پاش چنده هه‌فته‌یک نهر ره‌نگی

(- ده‌ده‌کات. نامیری پوڤا بۆ چارهمه‌کردنی زۆره‌ها نه‌خۆشی
پیت له‌وانه به‌له‌کی و نه‌خۆشی سه‌ده‌ف (Psoriasis)
به‌کارده‌هینرت، پیت ده‌ست به‌کاربون ده‌یت پشکنینی
پیتستی خورن بۆ نه‌خۆشه‌که به‌ته‌هام بگه‌یه‌نرت.
هه‌ردوو رنگاکی سهره‌وه، له هه‌ندیک کاتدا ناییت
به‌کارهینرت:

- کاتیک نه‌خۆشه‌که تمه‌نی له‌ دوانزه‌ سال که‌مه‌تر پیت یان
تووشی نه‌خۆشی جگه‌ر، پۆرفیریا (Porphyria) یان
گورگه‌ سه‌وره (Systemic Lupus Erythematosus) بووینت.
- نه‌گه‌ر پت له‌ پیتستی ده‌رمان و تیشک به‌کارهینرتا پیتست
تووشی سووتان و تلۆک کردن ده‌یت.



که به‌م رنگایه ده‌گه‌رتسه‌وه نه‌گه‌ر حبه‌کشی بو‌هینرت
به‌تۆخی ده‌یتیتسه‌وه.

شله‌ی سزالین که رنگایه‌کی تره‌ بۆ چارهمه‌ کردن نه‌گه‌ر
راستوخ لسه‌ر به‌له‌کی به‌کارهینرت ده‌یتسه‌ مایه‌ی نیش و
نازارو تلۆک کردن و نا‌ارامی بۆیه نهم رنگا راستوخویه
سه‌رکه‌وتو نیه.

- رنگای دووه‌:

نامیری پوڤا (PUVA): که به ههمان شیره‌ی رنگای یه‌کم
نه‌خۆش حبی سزالین و ده‌گیرئ و هه‌فته‌انه سن جار نه‌خۆشه‌که
ده‌خرتسه‌ نار نامیریکه‌وه که ژورکی تایه‌یتیه‌ تیشکی سه‌ره‌وه
وه‌وه‌یه‌ی درۆژ (UVA: Ultra Violet A – Long)

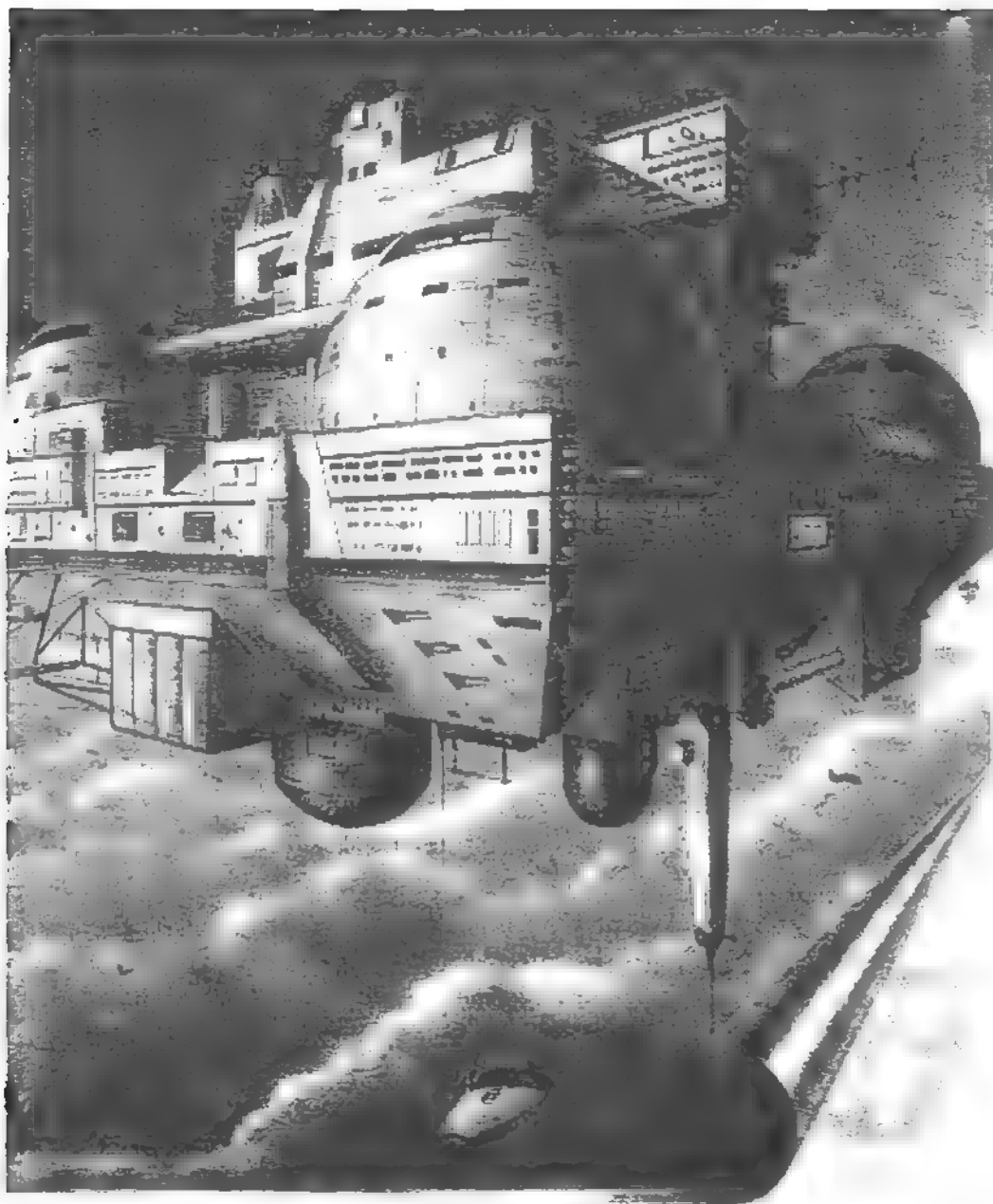
- له هه‌ندیک نه‌خۆشدا ده‌توانرت مه‌ره‌مه‌ی کۆرتیزونی
به‌تین له به‌له‌که‌که به‌رت، نه‌گه‌ر په‌له‌که که‌مه‌ و به‌چوک بن
ده‌توانرت هه‌رسن هه‌فته‌ جارێک به ۹۵% ماده‌ی فینۆل
به‌سه‌ره‌ی زوو به‌ له‌کۆل بشۆره‌ی.

- له‌کاتیکدا به‌له‌کی رو‌به‌ریکی پان و به‌رینی له‌شی
گرتبه‌وه‌ و ته‌نها چهند شو‌تیک به‌ ساغی مابوه‌وه،
ده‌توانرت به‌ مه‌ره‌مه‌ی بینۆکۆین (Benzoquin) که
(20% Monobenzly ether of)
(Hydroquinone) ی تیده‌یه‌ شو‌ته‌ ساغه‌که سه‌پی
به‌کرتسه‌وه.

مايكروۋەيف (Micro wave)

و بۆشايى ئاسمان

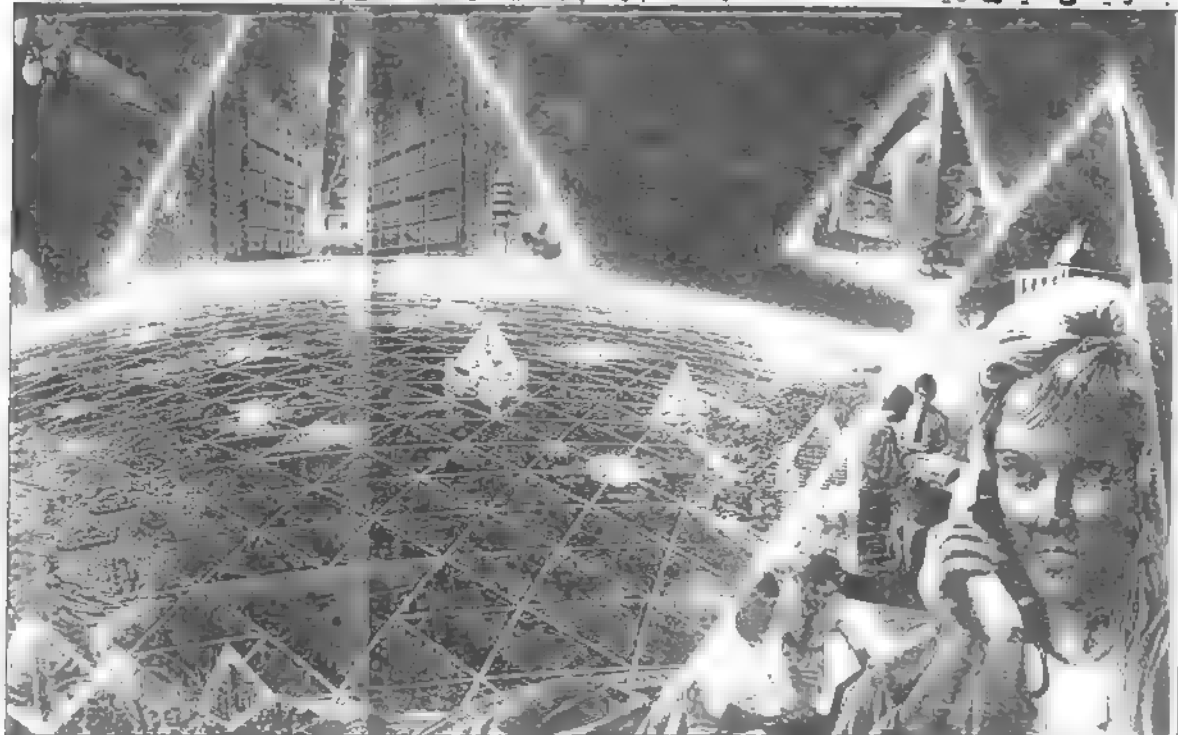
و: لازۇ



* مانگه دستکرده کان:

بیژگی دروستکردنی مانگی دستکرد راستوخو له پاش شری گیتی دروه موه پدیدابوو، نوو بوو له سالی ۱۹۶۵ دا زانای بهرینانی کلارک له گمل کومه له لهندازیاریکی فرمانگی گه یاندن پینشیازی دروستکردنی سیستمیکیان کرد بههوی مانگه دستکرده کانوه، پینشیاز که بسو به کارهینانی سن مانگی دستکرد سوو که له خولگه یه کی یه کسان جیگیدا داد ورتن، و بهمبستی دستبیرکردنی په یوه ندیه جیهانیه کان و بهخوره ووه کاریکمن. به کارهینانی مایکرو ویف له مانگه دستکرده کاندا بسو

گوره گردنیا، و دروه میشیان بسو سرلغوی ناردن سوو نیل ارته گوره کراوه که به ناپاسته یه کی دروو لهخوی، کده کاته ۳۰ کیلومتر، همان بابمش بسو قسه کرده تله فونیه کانیش که پینستی به ژماره یه کی گهرتسری مایکروویف هدی، بهیوی دروو ماوه که، همه لیسر ناستی یه ک ولات. بهلام نه گهر په یوه ندیه کان بسو ولاتانی دیکه دراوسن یا زور دروو بوو که کنوتونه ته روه کی نوو دیوی گزی زویموه. نوو ینگومان رنگاکانی به کارهینانی گهرتسره مایکروویف و کیتله کان معقول نیه و زوریان تن دهییت، لمبرسره په یوه ندیه کان لرنگاکانی پینشودا زور همرزانتی تن دهییت،



گواستنهوی پرزگرمه کانی تله فزیزن و قسه کرده تله فونیه کان و تله کس و تله گراف و فاکسایل (وتسفی چسپاو) بوو.

په یوه ندیه کان له رنگای مانگی دستکرده، لهباری نابوریموه، زور همرزانتو ده کویت، نه گهر براررد کرا له گمل په یوه ندیه ناسایه کانی سموزوی، که کیتله کان و دهیلی شمپوله کان و بورجه مایکروویفه کانی تیادا به کاردیت، چونکه شمپوله کانی نیستکه تله فونیه کان تا ۱۶۰ کم زیاتر نارون، بژنوهی شمپوله کانی تله فونی همر ولاتیک، هسمو ناوچه کانی تسو ولاته بگریتموه پینسته گهرتسری مایکروویفی بسو داتریت. که بریتیه لور تا وړاندی دوو هوایی هلدوگرن، په کممیان بسو وهرگرتنی نیشاره ته کان و

چونکه راستوخو و بهخیرایی و ناسانی دستبیری په یوه ندی ده کات له گمل همروو ولاتیک سر گزی زویدا.

دهوانریت، مانگه دستکرده کان بخرنه خولگی جیازاوو، وک خولگی بازنده کان یا هیلکه یه کان که بهرزیان لهنیوان (۱۰۰۰) تا (۲۰۰۰) کیلومترده دهییت. گومانیش لوه دا نیه، تا خولگه کان بهرترین، توانای دپوشینی روبهرنکی فراوانتری سر گزی زویان هدی.

یه ک خولگه هدی، پسوی دوتریت خولگی یه کسان هارکات، که بهرزه کی لیسر زویموه نریکی ۳۶۰۰۰ کیلومتر دهییت. بهشویه کی ناسایی، مانگه دستکرده تاییمیه کانی په یوه ندیه کان دهخرنه هم خولگه یوه، به جزرتک



كه مانگه كه لم خولگهيدا له خورئاواوه بمره خورهلات و لمر هيتي يه كسانى بچوليت.

سوپىكى تىراوى مانگىكى دستكره بدمورى زويدا ۲۴ سمعات دهخاينيت، واته هوايه كاني خولانموى زوى بدمورى خوريدا. لمبرنموى مانگه كان لم خولگهيدا وا دوده كيون، همرهك له بوشايى ناسماندا، بمرامبر نيتىگى زوى وهتابن وايه.

خولگى يه كسانى هاوكات، گه لىك خسلتى باشى هيد بۆ مانگه دستكره تاييه تيه كاني په پوهنديه بى تهله كان و ناردنه نيتىگه يه كاني رادىزو تهله فزىون، وهك نىشزانرئت، تم خولگه يه، ژماريه كى ديارىكره له مانگه دستكره كان دهگرت، لمبرنموى كارى به كارهينانى تم خولگه يه له لايىن گه لاني جيهانموى، بهشيوه يه كى دادپسرووى زور نالتوز، لمبرنموى زورى ولان دارا دهكن شوتىكى تاييه تيان لمر ئه خولگه يه بۆ دابنرئت.

ئو مانگه دستكره داني بدمورى گۆى زويدا و بههمان خيراى زوى دهخوليتنموى (۲۴ سمعات) پتيان دهوترئت مانگه دستكره هاوكاته كان، چونكه وا دوده كيون كه بۆ همر خالىكى سىر زوى وهك جىگير بى بۆى وايه.

بهلام مانگه دستكره جىگير كان (كه له خولگه كيدا جىگير و بهخيرايه كى كىمتر يا زياتر له ۲۴ سمعاته كى خولاندنموى زوىيان له يهك خولدا پى دهچيت پتيان دهوترئت مانگى دستكره ناهاوكاته كان، چونكه به گۆرى همر خالىكى سىر زوى وهك بچوليتن وايه و بهزورى له خولگه نزمه كاندا دادنرئن.

دهوانرئت مانگى دستكره پوه دابنرئت كه بى تهلىكى وهگره دهره بيت له بوشايى ناسماندا، نيشاره تىكان له نيتىگه كاني زوىموى وده گرت و گمورىيان دهكات، له پاشدا دهينترنموى بۆ سىر زوى، بهموى مانگه دستكره كانموى دهوانرئت په پوهندي تهله فۆنى بىر ولاته دورانهشوه بكرئت كه دهكوتنه روه كى ديكى گۆى زوىموى، دهشتوانرئت مهلبنده كاني كۆمپوتىرى ئه لكتۆنى لىدورايى زوىموى، له گىل يه كۆرىدا، بهموى بى تهله كانموى، لىرنگاي مايكرزويى و مانگه دستكره كانموى به يه كوى دههستريئ.

ئو له رهله رانهى له مانگه دستكره كاندا به كاردين

مانگى دستكره بۆ ناردن و وهگرئتن، له رهله رى جياواز به كارده هينيت، چونكه ناميرئك له مانگه دستكره كيدا هيد، نيشاره تى نيتىگه كى زوى وده گرت و جارىكى دى

دهينترنموى بۆ زوى، تم ناميره پتى دهليئى: كىناله مانگه كه.

ئو له رهله رانهى له مانگى دستكره به كاردين برىتن له ۲۰/۳۰ كىكاهيرت، ۱۲/۱۴ كىكا هيرت، ۴/۶ كىكا هيرت، بهلام له رهله رانهى كاني (۶، ۱۴، ۳۰) كىكا هيرت بۆ گواستنموى نيشاره تى نيتىگه كاني زوى بۆ مانگه دستكره كه به كاردين و پتى دهليئى: بهرزه په پوهست

(زوى) ← (مانگ)

بهلام له رهله رانهى كاني (۴، ۱۲، ۲۰) كىكاهيرت بۆ گواستنموى نيشاره تى نيتىگه كاني مانگ بۆ وىسته كاني زوى به كاردين و پتى دهليئى: (نزمه) ← (مانگ) په پوهست (ت)

(مانگ) ← (زوى).

بهشيوه يه كى گشتى مانگه دستكره نوپه كان ژماريه كى زوى له كىناله مانگه كان تىدايه، همدىكيان ۱۲ كىناله كه لىناوياندا، ۲ كىنالى يده كه. يا ۲۴ كىنالى تىدايه ۴ كىنالى يده كه، نيتا ۱۰۰، ۸۵، ۸۰ كىنالىش هيد.

همموى مانگه كىنالىك دهوانرئت يهك كىنالى تهله فزىون و (۱۲۰۰) كىنالى تهله فۆنى بگۆرت جگه له زانبارى ديكه. و مانگه دستكره نوپه كان زور لهو زياتر كىنالىيان تىدايه.

نيتىگه كاني زوى:

چاودىرى كوردنى مانگى دستكره و كۆتۆزى كوردنى لىرنگاي نيتىگى زوىموى دهيت، نيتىگى زوى له هوايه كى مايكرزويى گموره پىنگديت كه تيره كى لىنئوان (۲۷ و)



سیستمی ئەنتلسات

(په کیتی مانگی دستکردی نیودولنه تی بۆ په یوهندیه

دورمکان)

په کیتی مانگی دستکردی نیودولنه تی بۆ په یوهندیه دورمکان که پزی دورت سیستمی ئەنتلسات له ۲۰ ی نابی سالی ۱۹۹۴ دا دروست بو، له ورژدها نوښتوری (۱۱) یانزه دولت لهواشتون کړیوه، و لهسر بریارک ریک کتون، برتی بو له دروستکردنی سیستمیکی په یوهندی بههزی مانگه دستکرده کانه بۆ دولته گانی په کیتیه که، په کیتیه که، په پمانیکی له گم له کومپانیای کوم سات بۆ پیشسازی و پهریندان و چاگردنوی مانگه دستکرده گانی په کیتیه که مژگره.

له سالی ۱۹۷۶ دا، ژماره شو دولتهانی چونه نار نم په کیتیه که گهشته ۹۳ دولت.

رژمی ئەنتلسات، له سن مانگی دستکرده پتکهاتره، که له بهزی ۳۶۰۰۰ کیلومتره له خولگی په کسان چسپاودا، دانراوه، بهشیرهک که گۆشی نیتوان ههزیه کیهان بۆنوی دیکه (۱۲۰) پله بن، تمش بۆنوی بههزوی هههرو ولاته گانی جیهان داپوشیت.

له گم لهوه شدا، ئەنتلسات بن خهوش نیه، چونکه چمند ناوچه په کی کۆری تیدا، نه تلسات ناتوانیت به ناردن وهرگرتن داپوشیت، نم ناوچه کۆرانه له جهمههوی بهسته له کی باکور و باشوردان، واته شو ناوچانی ده کونه پاش هیتی پانی (۸۱،۲۵) پله سهروق وه خواروه.

شایانی باسه کانی گهشتی نیشاره کانی ئیتسگی زمین بۆ مانگه دستکرده که (ئەنتلسات) و گهراوهی نیشاره که بۆنیتسکه زمینه که جاریکی دی (۵۴) ملی چرکه (پانیه) دهخایه نیت.

مانگه دستکرده گانی سه به سیستمی ئەنتلسات ههزیه کیهان نۆنکی ۱/۳ ی روی گۆی زوی داده پۆشن. ههندیک مانگی دستکرده تایهت به دولتهیک یا چمند دولتهیکش هیه، تنها چمند ناوچه په کی دیساریکار داده پۆشن، له یهک شوین، یا له چمند شونیکدا بی جیاوازی سهروگی زوی.

جیاوازی توارى نیتوان تم دوو جۆره مانگه دستکرده، له ههوی ههردورمانگه دستکرده کهدا. راستهوخوش پشت به پهرج دهرهوی به کارهاتری مانگه دستکرده کهوه دههستیت.

مستر و زیاتر له (۳۰) مهتره. ههویسه گانی لهو ئیتسکه زهوانه روبران ده کرتته مانگه دستکرده که که له بههزیکی نۆزدان.

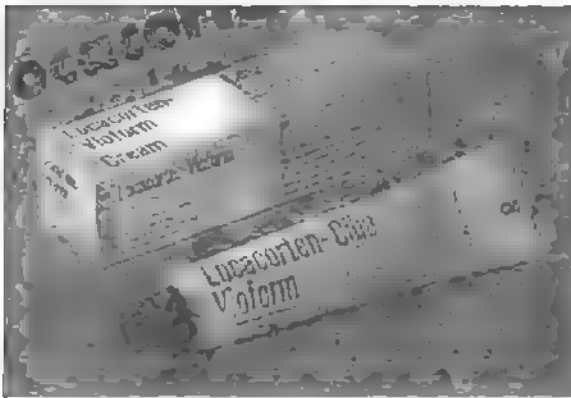
له لایه کی دیکهوه، مانگه دستکرده کان له گم ئیتسگی زوی رودتسه بیه کهوه بهستاون (تسوی په یوهندیه کان) نهرنگای گهترههوه گانی مایکروویف دا کاریان تهجام دهه. دهتوانن، ههنگاه گانی گواستهوهی قسه کردنیکى ته له فۆنی نیتوان دوو کسه که په کیهان لهههزه لات و لهو تریان له خۆرناو دا بن، بههزی مانگی دستکردهوه، وهک خهوارهوه رۆن بکهینهوه.

قسه کردنه ته له فۆنی که، له نامیری ته له فۆنی کهوه دهچیت بۆ بداله نۆتوماتیکه که له شاره کهدا (یا نوسینگى ته له فۆنی که)، لهو تیه قسه کردنه که لهشوی شیهی ورد (مایکروویف) دا، بههزی گهترهه مایکروویفه کانهوه، دهچته نار بدالهی سهه کی شاره کهوه، لهو تیه، لهو تیه گهترهه مایکروویفه گانی دیکهوه دهچته نار ئیتسگی زمینی سهه کی مانگه دستکرده کهوه، و نم ئیتسکه ییش قسه کردنه که دهتیرت بۆ مانگه دستکرده که به لهو لهو تیه که برتیه له (۶) کیکا هیترت، مانگه کهش قسه کردنه که گهرمه کات و لهو لهو تیه که له (۶) کیکا هیترتوه دهگۆرت بۆ (۴) کیکا هیترت و دهتیرتیه بۆ ئیتسکه زمینه سهه کیه کی ولاته کی دیکه، لهو تیه بۆ بدالهی سهه کی و نچاشدا به بدالهی شاره کهدا، نهوسا بۆنساو نامیری ته له فۆنی که که دا راگراوه که.

كارىگەرس خۆراك بۇ دەرمان

نوسىنى دكتورى دەرمانسان / نەزاد ەبدولقادىر





له گه لیدا ناخوړئ، چونکه ناروغيه يه كي له گه لدا پينك دهيتنئو، گمرچي کارناکاته سر بری مژني دهرمانه که، ټيکړايي به لام ماوي سره تاي مژني دهرمانه که دوا دهات. (It may retard the initial rate of absorption but not the amount of drug absorbed)

٢) ټيټراسايکلين (Tetracyclin) (جگه لسه Doxylin)

نم دهرمانه له دږه زينده گي (مچاد حيوي) په ناسراوه کاتو بوق چارسرکردني جوړه ها هوکړدن به کاردي، مخرج نه خوځ شير سپيايي و هر خواردينک برتيکي زوري توخي ناسن (Iron) ي ټيندې له گه ليدا نه خوات.

توخه کاني ناسن، کاليسيوم، مگنيسيوم، له خوراکی ناروغيه که له گم ټيټراسايکلين پينک دهيتن زور به زه مت دهرمژني، له پورنو زورچار نه خوځ هست دهکات دهرمانه که که لکتيکي تروزي نه پو.

Because the mental Iron (Ca, Fe, Mg) of these substances combine with the drug to form complexes (chelates) that are poorly absorbed.

Do not take with food or on a full stomach because diarrhoea may result.

٤) لينکومايسين (Lincomycin) (وډک Lincocin. Cap)

نم دهرمانه پيش دږه زينده گي دږ به به کتريايه (به تايست G^(+ve)) له چارسري هوکړدن قسورگ و ټيسک (Osteomyelitis) دا به کاردي. وا باوه نم نه خوځانه به کاری دپن که هستياريان برانبر به پمسلين و جوړه کاني هيده.

نم نه خوځانه كي که دوچار نه خوځي درتخايان دپن، زورچار سکالايان له دهرمانه يه که له چارسرکردني نه خوځي کانياندا به کاریان دهيتن و سرچي دهرمان سازو پزیشک به لای خوځاندا راده کيشن بسوي که دهرمانه کانيان جاروبار هيچ نه پورته هڅي چاکو نوپيان و تمنانت سووډيکي نوپيان (هيتنډي جار) ليږونه گرتوه، نيمه سرياري نموي که جوړي دهرمانه که و تمنانت کومپانيایي نم و لاته پيش دهرمانه کي ليږوست کراوه هپورنه گزاون.

هر وډک لای دهرمان سازو پزیشک کانيش زانراوه، خوځواک کارتيکي راستوخو دهکاته سر پادي مژني نم دهرمانه که له پتي دهپور دهورن دپادي کارتيکي پي تيرپورن برسيتي سرژت هپورها کار له مژني دهرمانه که دهکات نيمه سرياري جوړي نم خواردينه پيش که له گم دهرماندا دهورن، نم کوته باسدا هوډ دهپن پتوهندی نيوان خواردن و هيتنډي دهرمانی باو کمزور به کار دهپنرپن پرون بکه پندوي رنوتني نه خوځي پکين له کاتي خواردي دهرمانه کانياندا پارټر له کام جوړي بکات، هستاوکو به پتو يه کي دروست سووډي توار له دهرمان و پريکي و نه خوځي لزياني لابه لا بعدور بي به پتو يه که له وادي خواردي دهرمانه کانياندا هيتنډي جوړي خواردن نه خوات که خراب کارده کته سر کارتيکي وچالاکي دهرمان —

١- دهرمانی نه مرکه روه (المين) (LAXATIVE) (Bisacodyl)

کسانيتک نم دهرمانه به کاردهيتن که پتو يه که دوچار قسري بوين و مخرجي نه خوځي له کاتي خواردي دهرمانه که پيدا شير نه خواتو، و پارټر له خواردي تفت (قاعدی - Alkaline) بکا، چونکه خواردي تفت دهپت مایي هرچي زياتر بوين پلي تفتي ناوگي نير گمدو نيمه پيش دهپت هڅي توانده پي هرکي دهرمانه که له که لک خستني.

Because an increase in PH may cause disintegration of enteric coating of the tablete.

٢) پاراسيتامول Paracetamol

دهرمانيتکي بريلو، بوق چارسري سونيشو "تا" و نازاري لمش به کاردي. نم دهرمانه خواردي کارپهيدراتي يا هر خوراکی که بوقهيدراتي زوري وډک خورماو...

ئەم دەرمەنە لە ھەبىونى نىۋەندە خۇراڭنىڭ چىمۇدا چالاكتى دەپ، ھەتتا باشتۇ خىراتىر كىردارى مۇشۇن رويىدات. ھەربىيە پىنۇستە كاتىك بىرۇست گىدە بىتال نەبىن يا نەخۇش خۇاردىنكى خۇاردىن چىمۇرى تىدا بوۋىن.

Fatty mels will anhanche absorption of the drug.

٧) خۇنىكانى ئاسىن Iron Salt (املاح الحديد)

ئۇننى دۇرگىيان ئەم دەرمەنەيان بەمەبىستى چارمىسى كەمۇنىيان لەمماۋى سىكېرىياندا پىنۇستە. ھەروھە نىر نەخۇشەنەش كە بەھۇى كەمبۇونى توخى ئاسىنە تووشى كەمۇنى بوۋىن.

نەخۇش مەرجە لەگىل ئەم دەرمەنەدا شىو سىپايى نەخۇتەبو ھىلەكەش نەخۇت، چۈنكە ھىندى پىنكەتە شىو ھىلەكە ئارتى نەتۋە لەگىل ئەم دەرمەنەدا پىنك دەھىنەن و، رى لە مۇشنى توخى ئاسىنە دەگىرە بەجۇرە ھىچ سۇردىكى لىۋەرنەگىرە.

Because some of eggs, Milk components inhibit the absorption of iron by forming insoluble complexes.

٨) دەرمەنى لىۋادۇپا Madopar, Levadopa (Roche)

ئەم دەرمەنە تايىمەت بە چارمىرگىردى گىشت ھالەتەكانى نەخۇشى پاركىنسون (Parkinsons Syndrum) [الرعاش] (جگە لەو ھالەتە كە مۇۋ بەھۇى دەرمەنە تووشى دەپ) نەخۇش "بەتايىمەتى" بەلەرزىنى دەستەكانى دەناسىرتە، ھەمدە ھەلى كىلاى يارىزانى جىھانى بۇكىسەن (اللاكە) تووشى ئەم نەخۇشە بوۋە.

نەخۇش پىنۇستە خۇاردىنەك لەگىل ئەم دەرمەنەدا نەخۇت پىرى بىن لە فېتامىن ب-٦، ۋەك جىگىرە ماسى تۈنە و فاسۇلىا، كە بىرىكى زۇرسان فېتامىن ب-٦ تىدايىر كارىگىرى دەرمەنەكە ناھىلەن، لەبەرنەۋە ئامۇڭگارى نەخۇش دەگىرە خۇاردىنەك ھۇت بىرىكى كەم لەم فېتامىنە تىدايىن.

Adiet low in (pyridoxine) vitamine (B₆) isrecommended.

٩) دۇرە مەيىن (مانع التخثر)

(Anticoaguants) ۋەك (Warfarin tab.)

باشتۇ نەخۇش لەكاتى بەكارھىتەنى ئەم دەرمەنەدا خۇاردىن نەخۇت، يان گەدە پى نەبىن، چۈنكە سىكېونى بەدۋاۋە دەپ.

٥) ئېرېترومىسىن (Erethromycin)

ئەم دەرمەنە ھەر دۇرە زىندەگى دۇرە بەكەتريانى، ھەر بىر نەخۇشەنەش دەۋرى كە بەرەنە پىنۇستە و دارىشتەكانى (مىشتەك) ى ھەتتار. نەخۇش پىنۇستە لەكاتى بەكارھىتەنى ئەم دەرمەنەدا شىرىتى ترش (عصير حامض) (Acidic fruit Juices) نەخۇتە، چۈنكە شىرىتەكە



دەپتە ھۇى شىپۇنەۋى (Erthromycin) و ھىچ سۇردىكى نامىنى.

Do not take with acidic fruit juices or liquids because they may facilitate decomposition of the drug.

٦) گىزىۋولۋىن (Grizofulvin)

ئەم دەرمەنە بىر چارمىرى ھەمگىردى پىستە قىر و نىنۇك بەكارەن، كە بەھۇى جۇرەك كەمۇر (فگىر) Trichophyton, Microsporum, Epido (mophyton fungi) ۋە دۇرچارى مۇۋ دەپ.



مەرجە ئەم دەرمەنە لەگەل شەرىتى تەش، زەردىنەى ھىلگە، زەىتى ماسى، پەتەندە نەخۇرئ، چۈنكە ئەم خواردانە ئەوانەىە رى ئە كاربىگىرى دۆە مەىنەكە بگىر، ئەمەىش بە زىادبۇونى تەكرار مەوى مەىن، واتە دۇرئۇبۇنەوى مەىن.

They may inhibit Anticoagulant effect by increasing.

۱۰) كۆىنەىدىن Quinidine

ئەم دەرمەنە تەبىئەتە بە چارەسەرى تەىكىچۇونى تەىكى دى يا ھىتۇشكۇرەنەوى خەىراى لىدانى دى. ئەم نەخۇشانەى كە ئەم دەرمەنە دەخۇن مەرجە دەرمەنى دۆە تەشەىتى (Antiacids) ئەگەلىدا نەخۇن، چۈنكە ئەوانەىە تەقتەىسى دەرمەنەكە ئە دەبۇوى لەش رى ئەمەردانى دەرمەنەكە بگىر.

Because an alkaline effect may inhibit Quinidine excretion

دەرمەنى (Cardiac Glycoside) Digoxin (tab.

ئەم دەرمەنە بىز گۇرچىكۇرەنەوى ماسسۇلكەكانى دى چارەسەرى سىست بۇونى دى بەكار دەھىنەى، ئەگەلەى رۇەكى (Digitalis Lanata) دەردەھىنەى. مەرجە نەخۇش شەىر سەپاىى لەگەل ئەم دەرمەندە نەخواتەوى، ھەر خۇراكىنەىش بىرىكى زۇر تۇخى كالىسىيۇمى تەىدابەى نەىفوات، چۈنكە ئەوانەىە تۇخى كالىسىۇم كاربىگىرى دەرمەنەكە زىاتەرىكەت و

دەىتە ھۇى نەىرەىكى لىدانەى دى (Arrhythmias).

۱۲) Diphenylhydntoin

ئەم دەرمەنە بىز چارەسەرى زانى شەقسەى (الصبر) بەكارەى، نەخۇش مەرجە خوارەىكە لەگەل ئەم دەرمەنە بىفوات بىرىكى زۇرى مادەى (MSG) Monosodium L- glutamate ى تەىدابەى چۈنكە مۇش دۇچارى زارارى بۇون دەكەت و ئەم نىشانەى پەوى دەردەكەى:

۱. سەبۇونى كۇتەى قۇرگ (Mumbaness at back of neck)

۲. لاوازى "بەگشەى" Generalized weak ness

۳. تەىكىچۇونى تەىكى دى (Palpition)

۱۲) تەىرەىد (Thyroid) (Eletroxin)

دەرمەنى (Eltroxin) بىز چارەسەرى ھالەتەكانى (Hypothyoidism) بەكارەى و مۇش تۇشۇبۇ ھۇمۇنى تەىرەىدەى بىئەى پەىست لەلەشدا نەى، شەپاىى بە ئەم دەرمەنە بىز چارەسەرى دۇرئۇخەىان و بۇمەوى دۇرئۇ بەكارەى.

نەخۇش پەىستە لەگەل ئەم دەرمەندە كە بە دۇبەىتى (تەكىز) 0.1mg, 0.05mg (كەلەىم، گەىزەى، قىرناىت، قۇخ، ھەرمەى، سەپىتەخ) نەخوات، كە ئەوانەىە بەھۇى ھەبۇونى مادەى (Thioxazolidone) بۇە رى ئە چالاكىى ھۇمۇنى تەىرەىد (الدقى) بگىر.

۱۴) دابەزىنى پەستەى خۇن (Antihypertensive)

دەرمەنەكانى دابەزىنى پەستەى خۇن لەگەل خوارەىكە ناخۇرەى كە بىرىكى زۇرىان لە (Amine Content) تەىدابەى، لەوانە:

مەى، بى زۇرى كافەىن، شۇگۇلە (Chocolate)، پەنى، ھەىرەى سەى (Yeast) چۈنكە ئەم خۇراكانەىزۇرىان (Amine Content) تەىدابەى رەلگە بىنە مەىى بۇرۇبۇنەوى پەستەى خۇن.

سەرچاۋەكان:

1. Triplei prescribing Guide 2nd Quarter 1993.
2. MEPP0 the Middle East Drug Compendium Edition 16, 1988.
3. Middle East MEDICAL INDEX, 14 th Edition.
4. Clinical pharmacology D.R. LAURECE 3 d Edition.

سەرلەخ:

ئەم بابەتە كاك نەزاد ھەبۇلقادەى / دۇكتۇرى دەرمەناساز پەشەر بە زمانى ھەبىى نۇوسىۋەىتى. لەبەر گۇرەى بابەتەكە بىئەىستەى زانى بىگۇرەى سەر زمانى كۇردى. ئە گۇفارى الدۇار العربى دا بۇلۇى كۇرەىتەوى وەرگىزەى ھىۋا صالح ئەھمەد

تیشکی گهر دوونی

(Cosmic Ray)

ڤا: جوان محمد رؤوف.

دؤژنده گهی (هس) کرد، وه به هممویان تیر دلتیابوون لهوی که سرچاهی نو تیشکه دهرهوی زویه، هر یویه ناوی تیشکی گهر دوونی لئ نراوه.

وه زانا کان پئ ناسی تیشکی گهر دوونی نه کم بوهی که بریتی به له کۆمه لیک ناوکی وزه بهری گهر دلی توخه کان، وه نو ناو کانه تیکه لئ له ناوکی همدی توخی وهک هایدروجن و یورانیوم وه بهری هایدروجن، نو تمز لکانه به وزه کی زور زور نه گه زوی که نه گاته بلیونه ها نه لکترۆن فۆلت، له میانی تاقیکردنه و کانه دهرهوی که نو تیشکه به چمد جۆر لک نه گه زوی، له وانش تیشکی گهر دوونی سههتایی که پیک دیت له (۹۱ و ۸۰٪) پرتۆن وه (۷۸٪) تمز لکانه نه لغاره نو تریش تمز لکانه ترن، وه جۆر لکانه تر نو تیشکه پئی نو تریش تیشکی گهر دوونی دوو می یان ناسره کی که نهمی پیک دیت له لیشاری له نه لکترۆن پرتۆن و فۆتۆن وه ناوکی توخه کان (۱٪) ی لیم جۆره یان پیک دیت، وه لیم جۆره یان به دوو شیوه دهرهوی: شیوه کیان وزه کی کسمو نهوانی بهری له لاین ته به قیک له قورقوشم که نهستوریه کی (۱۰-۱۵) سم بئ، وه شیوه کی تریان وزه کی زور بهری بهو ته به قه قورقوشم بهریست ناکرئ. توندی تیشکی گهر دوونی بریتی به له ژماره ی تمز لکانه کی تیشکه که که بهریه کی رووی زوی نه کهری له پیک چرکه دا.

تیشکی گهر دوونی یه گیکه نو تیشکه زور نادیار و زور ناوژی که زیاتر له هممو تیشکه نه پئ نراوه کانی تر ناوژی و نادیار. له سههتادا زانا کان نو تیشکه یان نه گترایوه یه ساده کانزاییه تیشکه دهره کانی سهه زوی، پاش سهه دهره کوت که سهه چاهی نو تیشکه له دهرهوی زویه، وه زانا کان رایان گۆری و رایان دانا که نو تیشکه تیشکی کار و موگنا تیس شپۆل کورت بئ ههره ک تیشکی گاما، به لام نهوشیان راست نهو، چونکه له ویدا دهره کوت که نو تیشکه بریتی به له تمز لکانه وزه بهری که توانی برینی ماده کانیان زور به چاکه هید.

هه له سالی ۱۹۱۰ وه که نو تیشکه دؤژرایوه تا نیستا و بۆماره ی پیک سهه ی تمواره زانا کانی بوواری فیزیای گهر دوون سهه س و دهستوسان مارن سهههت بهو تیشکه نادیار، نو تیشکی که بهر دوام و له هممو لایه کی زویه خوی ته کات بهناو زویدا، وه توانی خالی کردنهوی کاره بادۆژی بارگاری هید، بهریه جار زانا (فیکتور هس) توانی بالۆنیک هه لدا بهری تاسمان وه تا بهری (۶ کم) بهری بهوه، نو بالۆنیکه نامیری کشف کردنی تیابو، بهوهیوه زانا (هس) بهری دهره کوت که له بهری (۱ کم) لهووی زویه تیر نو تیشکه توندیه کی زیاد ده کات، له وای نویش تاقیکردنه کانی زانی نهمیریکی (رؤیرت ملیکان) جهختیان له سهه راستی

وه لمبرنوعوي نمو تيشكه يتيك ديت له تفنؤلكمبي بارگه
موجبه و بارگه سالب، بؤيه كاتيك تيشكه كه ديتسه ناو
سنووي زهوسوه وه بهؤي موگناتيشي زهوسوه تفنؤلكمبه
موجبه كاني بهلاي خوزه لاتدا لاندهن، وه تفنؤلكه كاني ترش
سهلاي خوزواوا لاندهن. وه شم لادانش پديسته به
هيله كاني پاني سروزهوسوه، بؤ نمونه له هيتلي يهكسانيدا
گوره ترين لاداني تيشكه كه شم بهم دياردهيش نموتري
ديردهي هيتلي پاني (Latitude effect)، هر بؤيه توندي
تيشكه كه لغاوجي يهكسانيدا كه ميره وهك له تونديه كمبي
نمؤجه جمسريدگاني زهريدا، وه هرچنده لسر روي زهوي
حرير ناجرگي زهين بؤين توندي نمو تيشكه كم نمبستوه،
وه هرچنده لسر روي زهوي بهرزيستوه چري و توندي

سنووری زهریوره وه بههزی موگناتیسی زهریوره تهنۆلکه
 موجههکانی به‌لای خۆره‌لادا لاندن، وه تهنۆلکه‌کانی تریش
 به‌لای خۆرئاوا لاندن. وه ئهم لاندنش په‌یوسته به
 هینه‌کانی پانی سهرزهریوره، بۆ نمونه له هیتی یه‌کسانیدا
 گهره‌ترین لادانی تیشه‌که ئه‌یهی وه بهم دیارده‌یه‌ش ئه‌هرتێ
 دێرده‌ی هیتی پانی (Latitude effect)، ههر بۆیه توندی
 تیشه‌که له‌ناوچه‌ی یه‌کسانیدا که‌متره وه‌ک له توندیه‌که‌ی
 ناهه‌یه‌که‌ی یه‌کسانیدا زه‌یه‌دا، وه ههرچه‌نده لاسر روی زه‌وی
 حه‌ره‌ی ناوچه‌یه‌کی زه‌مین بڕۆین توندی ئه‌و تیشه‌که که‌م ئه‌یه‌تیه‌وه،
 وه ههرچه‌نده لاسر روی زه‌وی به‌رزیه‌یه‌وه چهره‌ی توندی

نمونه جسم‌سیریه‌گانی زهریدا، و همرچنده لیسر روی زهری
حریر نواجهرگی زهرین بقرین توندی نمو تیشکه کم نمبستهوه،
و همرچنده لیسر روی زهری بقرینسرهوه چسری و توندی



تقینوه کان، بهلام له گڼل توانمشدا تا نیتستا توانراوه بههزی
 نو سستموه گمشفی تیشکی گامابکړئ که نوریش هر له
 سرچاوه یه کی فزایی یوه ده، وماناگان دلخوشتن بهوی که
 بههزی نو تیشکی گاماره سرچاوه تیشکی گمردوونیش
 بدوونوه، گزنگ ترین سرچاوه تیشکی گاما که سستی
 چاوویش دوزویمتوه برتیه له ناستیری (هیرکلس ۱)،
 که نوویش دوو ناستیرنو بههوی یه کدا ناسوونووه (۱و۱)
 ملیون سالی رووناکی له زویموه دووه، دوو ناستیره گمش
 نه کیکیان ناستیری نیوترونی چپی زوره که به (بولسار)
 ناسراوه وه رووناکی ناسایی نمنیز وه نووی تریان ناستیری
 ناساییه که هاوکات له گڼل هاوله که یدا پرته تیشکی (X)
 نمنیز.

سستی دودمیش بۆ توژینده له تیشکی گمردونی
سستی (هینکی شیکاغ) یه که له خولگه یه کی تایهیدا
بدهوری زهیدا ئهسورتمه هر له تهموزی ۱۹۸۵ وه، ئهم
سستمه لهم بهشانه بێک دی:

۱. نامیزی کشفی تیشکی سرنکوف، وه نمو تیشکه کاتیک دروست نمب که تنولکمی بارگای بدخیزی دنگ و زیاترش به لای تمینکی روند ا برون، وه نمو نامیزه پیتوانی ورد نندا بق نمو تنولکانمی که وزه کانیا ن لغیتوان (۵۰ تا ۱۰۰) بلین نه لکترون فزته.
۲. چینی پلاستیکی که توانای تیشک دانی هیده کاتیک تنولکمی وزه بهری بر نه کموی.
۳. نم بمشیهان له (۸) پارچه پیک دئ که له ماده یهک دروست کراوه وهک لژکه وایه، نم بمشه زور هستیاره بق تیشکی گهره وونی.
- له گهل نمو همور هوول و نامیزه سسته جزا و جزا نه هشتا زانیاری زور کم هیده لیسر نمو تیشکو سرچاوه کمی ره هشتا بهک هنگار له رنگای همزوان هنگاودا برراوه.

سەرچاوەکان:

۱. کتبی Fundamental of Physics.
۲. کتبی الکافه الثریه واستخداماتها.
۳. کتبی العالم من حولنا مانراه منه ومالا نراه.
۴. یاشکزی گب وعلوم / ژ ۶۰۶۴ و ژ ۶۱۷۵.

هندیکی تریان نه‌تین شو وه به‌وزی تیشکی گه‌روونی
له‌ه‌غامی جو‌لی به‌سوی زو خیرای شو مستیره چری
زورانن که به (بۆسار) ناسارین. وه هندیکی له به‌دوره‌کان
له‌تین مردن و له‌دایک بونی مستیره‌کان و سوشتی
گالاکسیه‌کان چهند هۆکارن بۆ دروست کردنی شو
تیشکانه. وه به‌دوره‌زکی تریش هیه که له‌تین له‌وانیه
سرچاری شو تیشکه هه‌ساری (Cygnus X-3) ییت که
(۳۷) هه‌زار سالی روناکی ئیمانوه دورو نه‌گه‌رتیه
لیوانیکی مهبه‌که‌مانوه (گالاکسیه‌که‌مان).
توێژنه‌وه تازمه‌کان له‌سه‌ر تیشکی گه‌روونی؛

تویژنیه‌وگان لیسر تیشکی گهردوونی بره‌دوامن وه به فراوانی له همرو جیهاندا، بختاییمتی له یابان و بریتانیا و شمیرکا و کهندار مه‌کسک و بهرازیل و ئیتالیا و ولاتانی

تربش...
 و ده زانگان تو بشاود از تو گرفت و ماند و برون دیت
 و گیایان و ده پشت نه میت و زور نامیرد که لوبه می پیوست
 بونو میده و ده هر بونو میده به قریه کوه باقون
 مووشک به کایه خشن و ده لدم دروازه کشیده که چیده و کشیده
 نستمی تابیدت به چادرین کرد و تو به کشیده می پیوست که
 دامن زاده لغو اندر دو بستنی (چادر میش) که لغو اندر
 (توتا) ببول که کاره کید و هر بون چای میش کوا نه کفن
 هر بویه و اش ناز و این نیر کشیده بنگ دیت نه زخمیه و کش
 ببوله کی گفوره و ده هر بویه کیدان ناونده کی بون چای تپایه که
 نه کوی (سور) میترد که به کشی که کشیده کای
 ببوله که کید و دانه نری و ده لغو ببوله کشیده (دانه) نامیری
 کشیده و بون کی هیه که به کشی کاری نه کشیده و بون کشیده و ده
 ببول نامیرانه نه خرنه تیشکوی کاره کشیده که رور
 ببوله کدگان نه تیشکی خور دور نه خرنه و تا به بون ناونده
 و بول چاله کشیده گدرد نه می و نامیرد کان کشیده ببوله که کید و ده
 که کاره کید

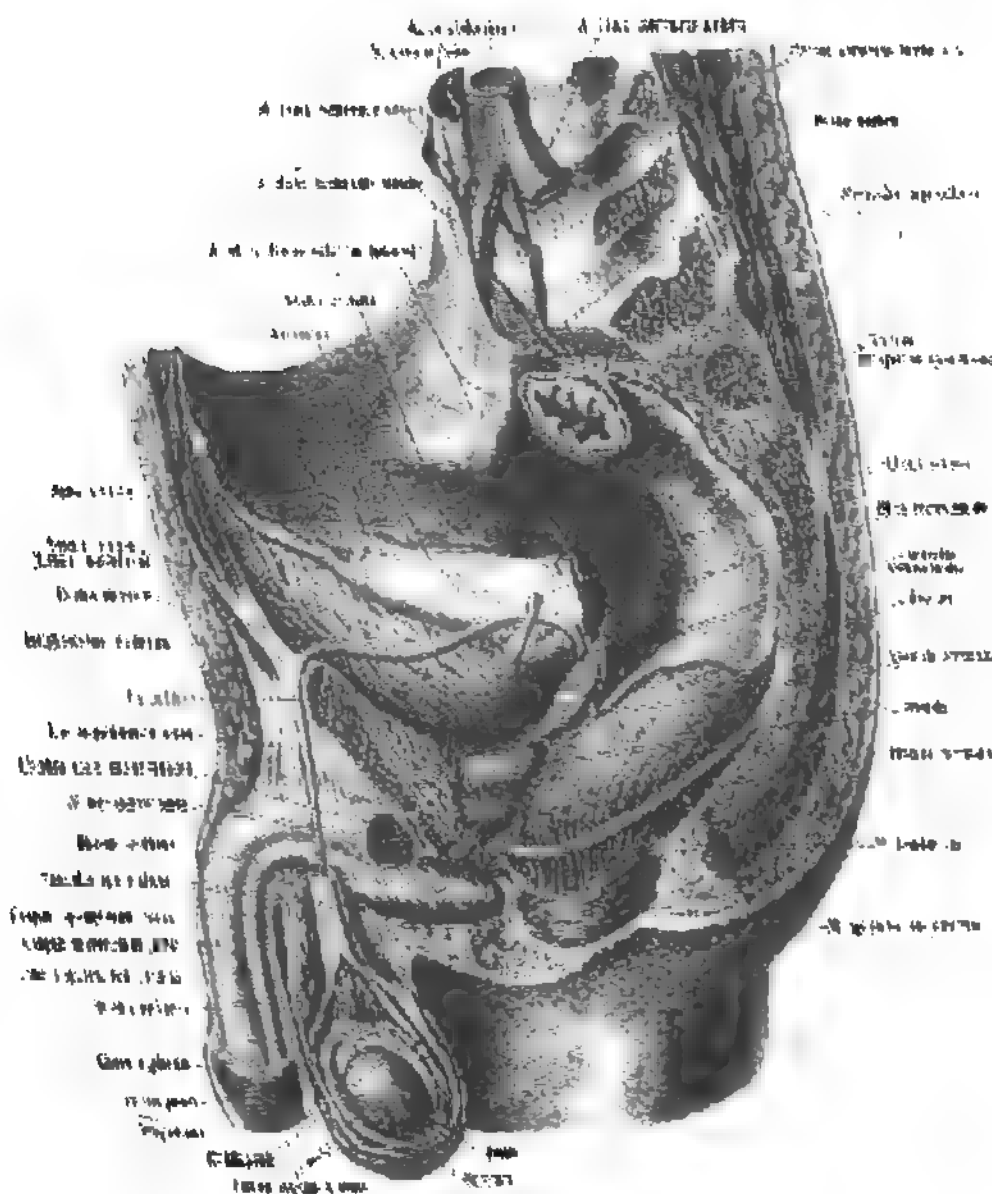
پوره کاری نمو بسته شته په پليو نيمې ددې شلوي
مانگ شوي ددې گڼه له لوله که کان په نړۍ کومپيوټر ده
ناراستې بدنيته له کلاوي نامان نه گڼي، يو وروگرې او
کوکر دتوي زياتي دپور شسته کاتيک کار نه کات کله
رووناکي که مېلو شين له نامان نه پيا نيمې، که نيمش
په لگي هاته ناروې تيشکه کيد. وروگرې کار هنر که کار
په نيشي هم مسته نه گڼ، لهوانه وروگرې بنسټيز دي او
په سکانوې هواي د نړۍ وروناکي پخو پخو گروک و

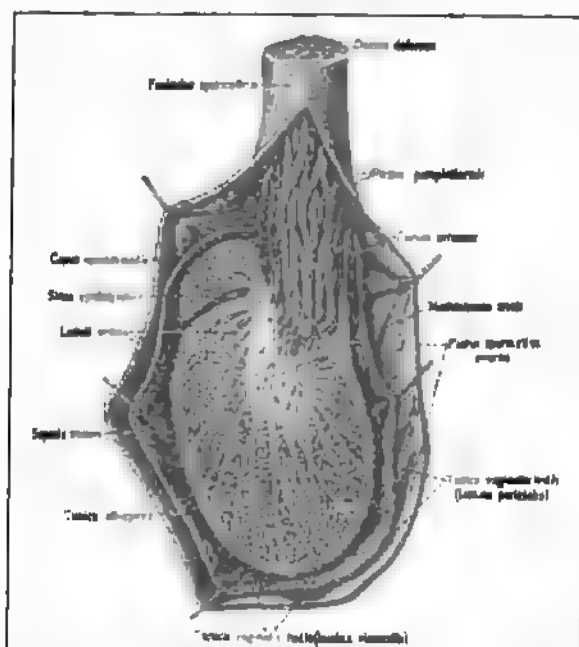
بۆريە گمۆلى گون:

Varicocele

نوسىنى دكتور شاھزاد على رشيد

نەشتەرگەرى پىسپۇر





ده ميټيتوبو نه گډر مرزنيك زړه پمپوه وستا ورك (ماموستا پان سورتاش - دهلاك) پان نه گډر لاوازي پمك له ديوار پان زمانه گاني خوتنه پمپوه گاني دا هم پوه شو خوتنه كه شميت پاشوپاش بگيرتوبه تا ده گاته خوتنه پمپوه ژماره زړه گاني (آقوي پمپاني) نزيك گون. لوسا نم بوريانه هله ده تاوسينيت و فراوانيان ده كات و درنو پتچاوپتچيان ده كات. بله بوريه گولم گون روئندات.

لەم بۆرە گمۆتە (دوای الحبل المنوى) گەر لە (۱۰) کەس
دا هەبێت، (۹) کەسیان لەلای چەپ و تەنیا یە کێشکێیان لای
راست هەبێتە بۆ ئە هەروەلا راست و چەپ هەبێت.

نیشاندہ گائیڈ :

تەخۇشە كە ھەست بە گىرىۋ گولۋ و گەۋرە ھۈنى گونى و
ھەست بە قورسى گونى ئەكات. ھەندىك جار نازار يان ھەست
ئەكات كە لە ۋىرە گونى رايكەشەن.

گھر ماویہ کی دورودریٹ مایوسہ بیٹی تھی پوکاں ہو
لہ کار کوئی تو گونہ، نگہ زرد گہرہ ہو لوانہ پہ کار لہ
گونی برامبریش بگاؤ تمیش دست بکات بہ پوکاں ہو لہ
نہام دا نیرنہ کہ تزاری ناسایی نایت و لوانہ بیٹہ تھی
نہ زک۔

خوبیاراستن:

لوانمى يەككىل ۱۰ خىزمەتلىك ئىم - بۆرىگە گۈلە - پان ھەدە،
پىتۈستە ۋە پىتۈستە تەسلىك لىپىرەگە، خىۋى لىپىرەگە
ۋە پىتۈستە پىتۈستە.

چارهساز:

تمتیا چارلسز لایردنی نو بۆریه کم و کورانه به هۆی
نمشتو گری به.

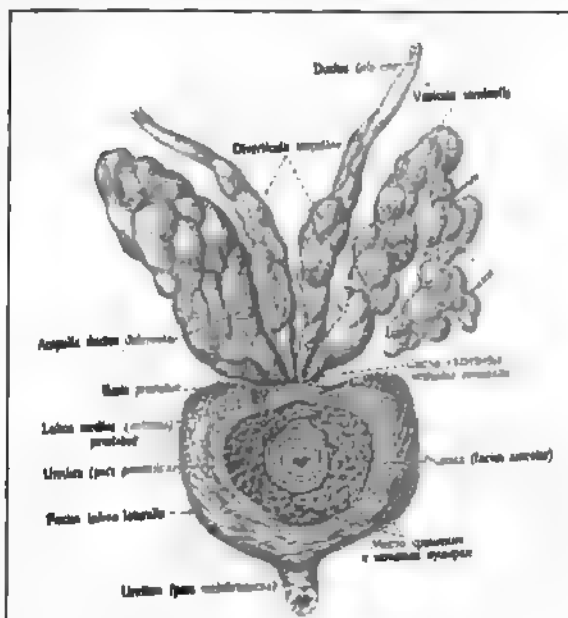
جوتيك گون له تيريندا هديه، لای راستو لای چپ، له ژباني كوزيه لدا له پشت دا دروست دېښ و ورده ورده بڼو بشر، خوارويي لك و پاشان پټ ناوټوره كښي گون دادېښ.

له کاتې لمدايک بوون دا، پاش همداسدان، لمبر نوموړی
پستانې نار سگ پروزه بښتوده، لمددا نوموړ زياترې همدرو
گون له گڼ لمدايک بوون دا له توروه کمې گون دان.

گون نئندامیکه دوو جؤز رۇنى تېدايه، گویره رۇن که هؤمۇنى نېرىنه (تېستوستېرون) دهرئدات. رۇننه دهره کیه کهی (تؤ - Sperm) دروست دهکات و لهری تراوه جؤگوره (Vas deference)، دهگانه تئواوه چیکلدانه (Seminal Vesicle) و لهکاتی پئریست دا،

له گڼل دهره راوی یروستات، له چوکړه دپته دهی.

و ەك ھەموو ئەندامىكى دىكىمى لەش خوتنىلارو خوتنىتسور دەمارو لىمفىقۇزبان ھىيە. بەلام خوتنىتسورەكانى لە ژمارەدا زۇن (۸-۱۰) خوتنىتسور ئىبن و روده وودە تا لە سەك زىرك دەبنو دو دوو يەك دەگرن بۆغونە لە راپەوى لقۇزىدا ئىبن بە (۷-۸) كە لەم راپەوى دەچنە ژور ھەناوېوش، ئىبنە دووان، كە پاشان، ئىم دووانش لەلاى راست، يان لەلاى چەپ يەك دەگرن و خوتنىتسورى گونى چەپ نەچتە ناو خوتنىتسورى گورجىلىى چەپ و خوتنىتسورى گونى راست راستوخۆ لە كلىژە خوتنىتسورى خوارودا بىتال دەبىتسور.

[illegible]

فياگرا Viagra

نوسىنى: دىكتور ئاسۇ عمر رشىد

مامۇستاي كۆلىژى پزىشكى / زانكۆى سلىمانى



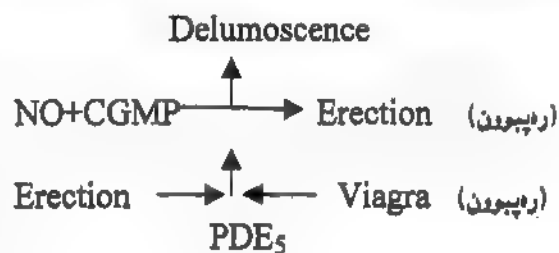


۷. زیاد کردن خوار و نسی دهیتته هوی نازاری
ماسولکه کان.

۸. همدیک جاری ده گمنیش چوک رهپ بون به تازاره.
لم دوا یاندا، به شیهه کی خراب، تسم درمانه به کاردیت،
همدیک جار له یانه گانی شوه، له گمل مساده له لکپویه کان و
درمانی دیکو بن هوشکمره کانداه خوریت، له ولاته گانی
خویشاوش بق زیاد کردن نارهوی سینکسی به کاردیت و
کسانی ناپسپویش به زیاداره بق خدلی دهوسن که به کاری
بهینن.

چنگرمکانی فیباگرا:

لم دوا یاندا، چمند درمانتیکی دیکه پیدابوه وهک جسی گری
فیباگرا به کاردین و لا کاریگرمه گانی تسم درمانانه زیان بهخش
نین، لهوانه: فازومیکس Vasomex و حدیه گانی میزوپ
(موس Muse).



لا کاریگرمه گانی تسم درمانه:

۱. سر ینشه بهرژوی ۲۲٪.
۲. سورهدلگمپاندنی دهوچار ۲۰٪.
۳. بهدهرسی ۱۰٪.
۴. سرگیزبون و خولانهوه.
۵. لوت گیان.
۶. کارگرمه سر ینن به شیهه دروشانهوه، یا لیل
بون.

Solar energy

خوره ووزه

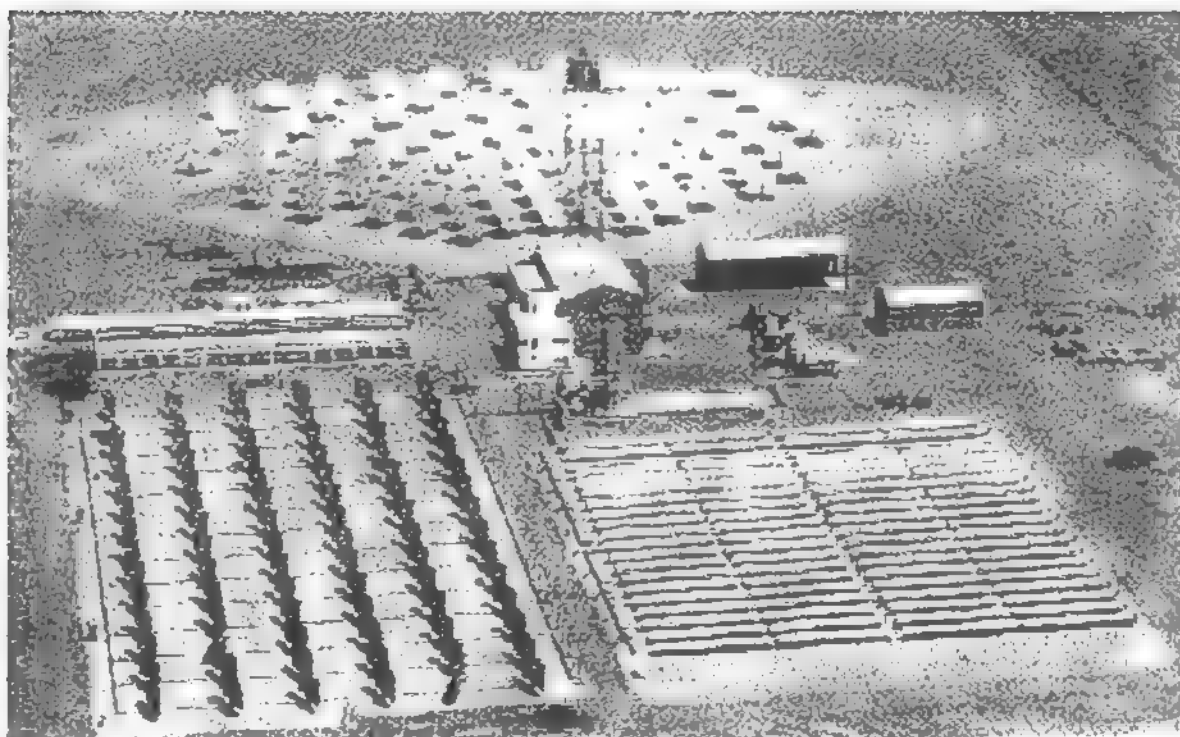
دانا قهره داغی

گه لیک کوسپ و تنگړه دینه بډمه به کارهینانی هم وزه. به لام هم، رنگی له مړو نه گرتو، له شارسنه کونه کاندې که هم وزه به کارهینن. نو به و نه گرېکه کان تیشکی خورمان به چری بډ رووناک کړد نو به پرستگای دلنی له یونان به کارهیننا، کتبه کانی مېژو نو ده گېر نو به نه خست کړد نو به تیشکی خور دږی نسلو له کانی رومانی، کاتیک که هیرشیان ده کړد نو دږگی سړاکوسا و ده به هږی سوتاندنی نه نسلو له.

له چرخي نو شدا، زانا کاسین، بډ تواند نو به کانراکان به کاری دهیننا. له ساتی ۱۷۵۹ شدا زانا هنری دود. ساتونکی دوست کړد به همای گرم کاری ده کړد، و

همو روژتک زوی په کسان ۱۰^{۱۲} × ۲۰۰۰ بېرمیل نو به له خوره، وزه وده گرت، هم ژماره به په کسانه به کوی به ده کی همو نو به جیهان. به لام تیشکی خور له هاتنی ده بډ نو به بړنکی به نو به پېچ دانو له ناسماندا ناگاته سړ نو به ۳۰٪ دهیت.

سړ نو به شوش چینه به نو به کانی دهوی زوی نړیکه ۷۷٪ نو به تیشکانه دیانگاتن دهین، نو به بهینوی تیشکی سو دهینر نو به بډ نو به، واته نو به تیشکی خور که ده گاته سړ نو به، چری که کمه، له نو به نو به رو به نو به فراوانی زوی ده نو به بهینک له وده رو به کانی سړ زوی بډ کړد نو به رو به پتکهانن (Photosynthesis) به کاری دهینن، هر نو به خال و ناریش بهینک له وده دهینن، واته



بايولۇژىيىسى بىستۈرە، لىيەدا گۈنگىزىن ئىس ئاراستانە دەست نىشان دەگەن:

(۱) بەگارىھىننى راسىتە و خۇي خۆره ووزه:

لىم بارەدا، بەگارىھىننى ووزه، راستىنوخۇ دەيت، واتە ناگۇزىت بۇ ووزى كارەبا، وەك لىمىر كارەھىتەنە كانى: (۱) فېنە خۆرەكان:

دەتوانرىت، بەھى بەگارىھىننى ئاۋىنە چالەكانىيە، گەرمىيەكى را دەست بىكەت بىگاتە نىزىكى ۲۰۰۰ پلىمى سەدى.

(ب) پاگردىمى ئاۋ و پاگردىمى:

ئاۋ بىناۋ كۆگى داخراۋا دەبىت، و كۆگەكانىش بىرىن لى چەند چىنىنەك لى ئاۋىنە پلاستىكى، كە خۆره ووزه كۆى دەگەنمى چى دەگەن، ھىرەھا دىۋارەكانى ئىم كۆگانە بە وەنگى رەش ئاۋىش كراۋى، ئىم رەنگە وەشە بىزەنەيە كە تىشكى خۆرە بىزىت، بەلام چالى كۆگانە، بىرىن لى كۆكەمەي ئاۋ (خزانەت)، ئاۋ بىناۋاۋىدا دەۋات، كە تىايدا دەبىن بە ھەلم، و ھەلمە بەرھەم ھاتۋەكەش، بىسەر ئاۋچەيەكى ساردا تىپىرەدەيت بۇ خىستىرەنەمى.

ئىم جۆرە سىستەمە بۆلەم و لاتانە كە ئاۋى سازگاربان نىيە، زۆر سۈدەخىشە.

(ج) گەرم كەردەمى ساردا كەردەمى مالان:

بلاۋىرەن رىگا لىم بارەيە، بۇ گەرم كەردى مالان، بىرىتە لى دروستكەردى خانۋى تايىمى كە بىنچەگە لىچەند چىنىنەك ئاۋىنە پلاستىكى پىنكەتەيتىت و تۈانساي كۆكەردەمى خىستىرەنەمى تىشكى خۆرىان ھەيتت.

لىناۋ ئىم چىنەندا، بۆرى ئاۋ تىپىرەدەن، كە بىم رىگايە گەرم دەبىن، لىپاشدا دەگەنە ھەمەو بەشەكانى دىكى مالىكە بۇ بەگارىھىننى، ھىرەك ئاۋى گەرم، يا بۇ سىستى گەرم كەردەمى، بەلام لىكەردارى ساردا كەردەمى، سىستى كىمىيە تايىمى پىرەپىن دراۋە، زاناكان لى كەردارى ساردا كەردەمى بىزۆرى پىشت بە خۆرە ووزە دەبىست، كە دەتوانىت ساتقۇ تايىمى بۆلۈنۈپتە و ئىم ساتقۇرە، وزەيەكى را بىرەيا دەگەن كە تۈاناي بەگارىھىننى سىستەمەكانى ساردا كەردەمىيان ھەيە. ئىشتا لى ئىرەپاۋ ئىمىرىكاۋ ژاپۇن، دەھا ھىزار لى مالانە ھەن. بىم رىگا ساكارە، مالىكەكانى خۆرىان ساردا دەگەنە.

(د) تەباخە خۆرەكان:

ئەگۈتايى سەدى ئۆزەشدا، وزى خۆر لى شىلى بۇ دىۋىتەندى ئاۋ بەگارىھەت.

و لى سالى ۱۸۷۸ دا زانا موشو چاپخانەمى بىانكى نىۋەتەمى لى پارىس بەھى ساتقۇنە ھەلمىنەم بەگارىھەتە كە بە وزى خۆر دەسۋاپىيە، ھىر لىكاتەدا زاناكان، دەستىان كە بە تۈزىنەم بۇ بەگارىھىننى ئىم وزەيە. كىشى وزى خۆر لىۋەدايە، كە لى بىرەنكى زۆرەدا بىلەپتەم، نىمىرەم ھەلى يەگەم دەيت بۇ خىستىرەنەم كۆكەردەمىيە، بىمى ئاۋىنەم رۈۋچالەم، ئىمەس بەھى ئاۋىنەم پلاستىكەم، ئىم كەردەش پىرىستى بەكۆگى رۈبەر فرۋان ھەيە، بۇ ئىۋىنە ئىم ووزى كارەبايە بىرىتەيا بەگارىھەتە نەگە بىزىت بۇ ووزى خۆر پىرىستى بە ئاۋىنەيەك ھەيە كە رۈبەرەكى ۱۰ × ۲ ھەكتار يىت. واتە لى رۈبەرى شارى ئىندەن و دەرۋىرە گەۋرەتەيت، جىگە لىمەش دەيت ئىم نەرتەنە بىرەدەم بۆلۈن، بۆلۈمى رۈبەنە خۆر و لىگەل ھەتەكەيەن.

كىشى دۈۋەمىش لىمەلگەرتن و كۆكەردەمى ئىم ووزەيەدايە. زاناكان بۇ ئىمەيان بىرەن لى بەگارىھىننى ئاۋ كەردەمە كە تۈنەتە گەرمى بىرەي ھەيە بۇ ھەلگەرتى وزە، ھىرەھا بىرەن لى بەگارىھىننى ئىم كۆرەنكارىانە كەردەم، كە لى سادە كىمىيەكانەدا رۈۋەدەت، بۇغۇنە: دەتوانرىت سىلفاتى سۈدۈمى ئاۋى (Naso₄ 10 H₂O) لى سىستىمىكى خراۋا بەگارىھىننى بۇ كۆكەردەمى ووزە، چۈنكە دەتوانىت گەرمى بىزىت و لى تاۋادا بىتۈرە، لىپاشتەدا و لىكاتى نىزىم جۈرەمى پلىم گەرمى دەرۋىرە، سىلفاتى سۈدۈمەكە دەست دىكات بە نىشتى و تىشك لى سىستە داخراۋەكەمە بۇ دەرۋىرەكەي دەداتەم.

بىرىن جۇگرافى، رۈنكى گەۋرە دەيتتە لى لىبەردن و ھەتتە زۆر لى كۆسپە تەگىكەكان، چۈنكە بۈرۈنى كەزىنكى رۈن، بىرەنە سالى، بە ناسانى دەتوانىت خۆرە ووزە جەمەتتە، باشتەن ئاۋچەش. ئىم ئاۋچەنە كە دەگەنە نىزىك ھىلى يەكەننى و لىننىۋان ھىلەكانى پىانى ۴۰ دان. دەرۋىرەكانى خۆرەلەتە ئاۋراست و تەفەرىقا، بىناۋچەمى ئىۋىيە داۋەنەن لى بەگارىھىننى خۆرە ووزەدا، د. جۇرەك سىكە تە فەرجىنە. رۈننى كەردەم، كە ئىم خۆرە ووزە دەگەنە سىر دۆزگى مەرمى لىسالىكەدا، يەكەنە بەھەمەمە يەدەكى نىۋى جىھان.

نىستا تۈزىنەمەكان بىم ئاراستانى خۋارەمى، ھىرەكەش لىم ئاراستانە، پىشتى بە بىدقۇزى دىيارىكراۋى كىمىيە فىزىپاۋ

دەکرته گازی مێپان. و لەپاشدا بېریت بۆ کارگەکان، وەک سەرچاوی وزە بەکارهێنریت.

یەکنێک لەو رنگایانەی لێم بارهێوه، بەکاردێت بڕیتیه لێوهی روی زەریاکان بەتەمۆزە دەپۆنریت، و لەپاشدا قەوزە کە کۆدەکرێتەوە، دەگۆریت بۆ مێپان، زاناکانی بمریتانیا لێم بارهێدان کە دەتوانریت ۱۰٪ ی وزەی پێتووستی بمریتانیا بێم رینگایە لەسەرەتای سەدی داھاتردا پەیدا بکەن.

ئێستا پەرە، بە ھەندێک توژینەوی نوێ لێم بارهێوه دراوه بۆ دوو مەبەست:

(۱) پاکۆکردنەوی ئاوی زێرا بەکان:

(۲) دروستکردن

ی وزە،

تەم توژینەوانە پشت بەکۆمەڵە روھکێکی سەرەتایی دەبەستێت کە لەسەر پاشماوەکان دەژین، و گازی مێپان دەردەپەڕێنێت رنگاکەش بڕیتیه لێوهی کە ئاوی زێرا بەکان لە تەمێکی تایبەتی دا کۆدەکرێتەوە وە تەم تەنگیانە پێن لەقەوزە تاک خانەیی و لەسەر تەم ئاوانە دەژین و تیشکی خۆر بەخەستێ

بۆ کرداری روشنی بێتکھاتن بەکار دەهێنن، لەپاشدا تەم زوھ کە ھەندێک مادە رەقی نیشوو و گازی مێپان دەردەدەن، گازە مێپانە کۆکراوە کە بەشێوەیەکی راستەوخۆ دەبریت بۆ بەکارھێنان وەک سەرچاوەیەکی باشی وزە. ئاوە زێرا بەکەش. بەسەر فیلترێ تایبەتی دا دەبریت و سەرلەنوێ دەپاڵێوریت و دەکرێتەوە بە ئاوی پاک، دەکرێتەوە رۆبارەکان.

یا پاش تێکردنی مادە کیمیای پاکۆکەرەوە، بۆ بەکارھێنان بەکار دێت، ھەرچی مادە رەقەکانیشە وەک پەیین بەکار دێت.

لێم داوایدا، زاناکانی زانکۆی کالیفۆرنیا لە برکلی، توانیان کۆمەڵە روھکێکی دیاریکراو بەکاربھێنن کە توانای مژنی تیشکی خۆریان ھەیە و راستەوخۆ ھەر خۆیان دەیگۆڕن بۆ ووزی کاربە.

(۲) گۆڕینی خۆره ووزە، راستەوخۆ بۆ ووزە کاربە:

دەتوانریت، ئاوترەمی رۆچاتی پلاستیکی بۆ خەستکردنەوی تیشکی خۆر بەکاربھێن، ئەمسا بۆ مەبەستی چێشتلێنان بەکاربھێنریت، ئەشتوانریت لە ژۆری تایبەتی دا بەکاربھێن بۆ وشکردنەوی مێو و گەلای توتن، ھەروەک ئێستا لە ئەمریکا دا بەکار دێت.

ئێم تەباخە خۆریانە، لێم دەستای دواتردا، بەبەلۆی بەکار دێت لێم ناوچە گەرمانی کاربەیان نیە.

(۱) بەکارھێنانی خۆره ووزە بۆ دروستکردنی

ووزی کاربە بەشێوەی ئاراستەوخۆ:

ئێستا زۆر رینگا

ھەبە بۆ دروستکردنی

ووزی کاربە، ئێم

رینگایە، پێش

سەدەیک لەمەوێر

تیشکی خۆر بۆ

دروستکردنی ھەلە

ئار لە سیستەمی

داخراوا بەکارھاتو،

لەپاشتردا، ئێم ھەلە

بەسەر ماتۆرەکاندا

دەبریت، و ئێوانیش

ووزی کاربە دروست

دەکەن، ئێستا ئێم

رینگایە لەلایەن

ھەندێک کۆمپانیایە بەکار دێت. زاناکان لەبارەیان. کە ئێم رینگایە لەدواوێژدا زۆرتر لە ئێستا بەکاربھێن.

(۲) دروستکردنی ووزە لەرینگای روشنی بێتکھاتن:

خۆر بە بنچینە کرداری روشنی بێتکھاتن دادەنریت لە ھەموو روھکاندا، زاناکان، ھەستیان کرد. کە ھەندێک روھ، لە ھەندێک ناوچەدا، زۆر بەخێرای گەشەدەکات، کە دەتوانریت لەپاشدا وەک ووزی سوتاندن یا بۆ دروستکردنی ووزی کاربە لەرینگای ئاساییوە بەکاربھێن.

زاناکان بۆیان دەرکۆت، کە کۆمەڵە روھکێک ھەن، زۆر خێرا گەشەدەکەن، و دەتوانریت لەسەر روھکانی یا لەسەر روی زەریاکان بڕۆنرێن، لەپاشدا ئێم روھکانە، یا ئێم قەوزانە، کۆدەکرێتەوە و مامەڵە کیمیایان لەگەڵدا دەکریت، و

ئەگەر بارستايى بە گوم دابىنىن و خىترايى روناكى لە كىلومىتىر لە چركەيە كدا و زەمان بە كىلوجول دەست دەكەمىت. وە ئەگەر ئومەمان زانى كەخىترايى روناكى لە بۆشايىدا ۳..... كىلومىتىر لە چركەيە كدا ئىوا گرنگى ئىو ووزە خىستەمان بەشتوئەيەكى ماددى بۆ رون دەيىتتەو.

لەيزەدا جىنى خۆيەنى ئىوە باس بىكەين كە يىدەزەكانى ئەنشتاين ئەمىر لىسىر ئاستىتىكى فراوان، بىز مەبەستە روختىرەكان لە بۆمبە ئاروگىەكان و ھایدروژىنىيەكاندا بەكار دەيىت، يا بۆ كارلىكە ئەتۆمىيەكان كە ووزەيەكى يىشومار لىسىر حسابى مادە سووتارە ئەتۆمىيەكە دەدات، وەك ئۆزانىوم و لىئورەگىرەكانى.

زاناکان توانيان بەيىتوانى زانىنى ئىوە كە ۱ سم^۲ لىسىر زوى زەيەك خولەكدا وەيەك لە خۆرە رەدەگىرەت بىرتىيە لە نىزىكى ۸۰۰ جول، لەپاش زانىنى ئىو بىرە ووزەيە كە ھىواي دەورى زوى دەيىزەت توانيان بزانن كە لەيەك خولەكدا خۆر چەند ووزە وون دەكات، بەلەيكەدا ئىوە يىدەزەكەي يىتتەو ئەنشتاينەو، توانيان بزانن كە خۆر چەندە لەبارستايەكەي لە ئەلچامى كارلىكە ئاروگىەكانى ئىو وون دەكات، بۆيان دەردەكەوت كە نىزىكى چوار مىليون تەن لە چركەيە كدا ئەنشت بىرەكسى زۆر بچووكە بەرامبەر بىر بارستايە گەورەيە خۆر كە نىزىكە بە ۲ × ۱۰^{۲۷} تەن ئەم ژمارەيە بۆمان دەردەكەوت ئەگەر خۆر لەم ووزە بەخىشەيدا بەردوام بى ئىوا ھىمەو ماددەكەي بە نىزىكى ۱۰۰۰ مىليار سەدە ئىوسا تەواو دەكات.

چارەئۆسى خۆر:

بەلام خۆر لىسىر ئەم شىوئەيە خۆي بەردوام نايىت و بارستايەكەي خۆي لەفانابات، بەلكو تووشى ئىو چارەئۆسە دەيىت كە ئەستىرەكانى دىكى تووشبە و لەناو بۆشايە فراوانەكەي ئاسماندا بۆلۆبۆنەتتەو، چوئە ئەستىرەكان لەكاتى پەرەسەندىياندا بەكۆمەلە قۇناغىكدا تىپەردەن كە ئەمانە گرنگەكانىيانە:

قۇناغى يەكەم:

ئەستىرەكە، ھەيوزىكى سۆرى قەبارە گەورە تىنەدەيىت، تايىت قەبارەكەي بەردوام بچووك دەيىتتەو، و پلىي گەرمى زۆر بەرز دەيىتتەو، ئىوسا ئەستىرەكە دەچىتە قۇناغى دوھىيە، كە بىرتىيە لە قۇناغى تىشك ئاردەنى زۆر بۆ ئاوبۆشايى ئاسمان كە دەورى داو. لەكۆتايى ئەم قۇناغىشدا پلىي گەرمى ئەستىرەكە

لىسىرەتا، توژىنەوكان بەھۆي خانەخۆرەكانسە (الغلايا شىمىيە) دەستيان بە دوستكەرنى ووزەي كارەبا كەرد.

ھەروەك دەزانىت، زۆرىي ئامىرەكانى مانگە دەستكەردەكان، بىر كارەبايە كارەكەن كە راستەوخۆ لەووزەي خۆرە دەستيان دەكەمىت، بەلام ئەم رنگايە، پارەي زۆرى تەدەچىت، بۆ ئومە، ئىو سىستەمى لە مانگە دەستكەردى "سكاي لاپ" ى تاقىكەي ئاسماندا بەكار دەيىتتە زىاتر لە ۳۰۰ ھىزار دۆلارى بۆ ھەر كىلوزاتىك كارەبا تىچەو.

ئىتتا توژىنەوكان، گەلەك ئاراستەي دىكەيان گرتەتتەو، ھەيىكەيان پشت بە بەكار ھىتەنى ماتورى ئايۆنى - گەرمى - گەمەز گەرمىسەو دەبەستىت، ئەم ماتۆرەنە بە سىستەمى چەمۆدەيىنىكى Thermodynamics كاردەكەن و، دىزەكە دوست دەكەن.

بەھەرتى خۆرە ووزە:

ھەمەو دەزانن كە تەنە گەمەكان، ووزەيەكى گەرمىيان بەشتوئەي تىشك لىو دەردەچىت، و لەپەرەمبەر ئەمەدا پلىي گەرمى خۆشيان ئزم دەيىتتەو، تا بەتەواوى لەگەل پلىي گەرمى ئىو ئاوەندەي دەورى داوە يەكسان دەيىت.

ئەگەر زانىمان كە پىتوانە رەدەكانى پلىي گەرمى خۆر كە تىتتا زاناکان، لەسەدەيەك لەمەوئىتتەو ھەر كارى تىاوا دەكەن، ئەمە دەنۆتتەت كە بە ھىچ شىوئەيەك خۆر پەلەكەي كەم نايىتتەو، پىتەستە ئىو پىرسىارە بىكەين، ئەگەر ئىو ووزەيە كە خۆر دەيىتتە لىسىر حسابى پلىي گەرمىيەكەي خۆي نىيە ئى ئەم ووزەيە لەكۆتە دىت؟

ئەم پىرسىارە تا سەرەتاي سەدەي يىست بىنەلام بىو ھەتا زانەنشتاين يەدۆزى رۆزىي (الغىرە التىسبە) ى لە سالى ۱۹۰۵ دا ئانا. ئەم زانا بىلەستە سەلەندى كە مادە تەنەھا شىوئەيەكى چەركەوئەي شىوئەكانى ووزەيە، واتە ئەگەر يەكە گراممان بەتەواو. لەمادەكەرد بە ووزە، ھەمان بىر كە بىرتىيە لە ۲ × ۱۰^{۱۳} جول دەست دەكەمىت، ئىوئەش بىسە بۆئىوئە ژەنە رەيتىك بقاتە كار كە مىليونىك وات بىبەخىت بۆ كاتىك كە لە ۱۰۰ رۆژ بەشەوكانىشەو زىاتر يىت.

بەمانايەكى وردتەر: ئەنشتاين سەلەندى، وە ھەمەو تاقىكەردەنەوكانى دواترىش كە پەيەندى ئىوان ئىو ووزەيەي (ا) كەلە كۆزىنى بارستەيەكى مادى (ب) بەتەواوى دەيىت بە ووزە بىرتىيە لە:

$$Q = B \times X^1$$

خ ھىمايە بۆ خىترايى روناكى لەبۆشايىدا.

تېشىكى خۇرە، بېشىۋەيكى گىشى، گەرەتەرىن كارى لىسەر
زىندەۋەران ھەيە، ھەمۇر تاتىكەردەنەۋەكان نەۋەيان سەلەندەۋ.
كە ژيان بىن تېشىكى خۇرە نايىت، ئىنە لىتەدا، تەۋ بايەخە تەنھا
لە دوشىۋەدا رۈن دەكەينەۋە،

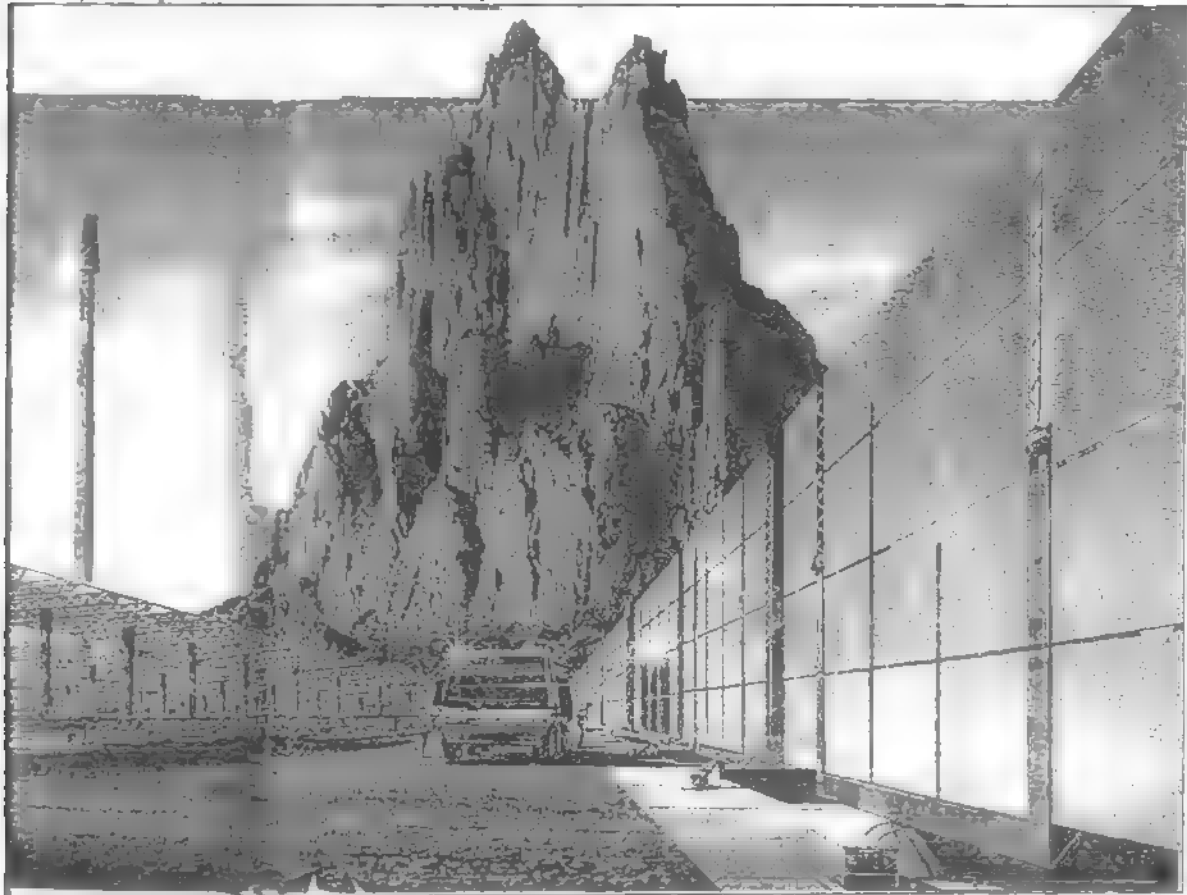
(1) كارى تېشىكى خۇرە لىسەر زىندەۋەران ۋە بېنەكان:

تەۋ ۈزەيى كە تەۋ شەپۋەندە لىسەر خۇرە، ھەتەيان گەرتەۋە
لەۋاستىدا بىرىن لىسەر گەردەيلى ۈزە، يەۋ فۇتۇنەكان
Photone ۋە تەۋ گەردەيلىش ھەمۇۋەيان ۋەك يەك نىن، بۇ
نەۋە: فۇتۇنى تېشىكى سەۋ لىسەر فۇتۇنى تېشىكى بىنەۋەيى
جىساۋەزە، چۈنكە ۈزەي فۇتۇن لىسەر بىرى شەپۋەندە

دەست دەكات بە دابىزىن ۋە دەچىتە قۇناغى سەۋەمەۋە، كە لە
كۇتايىدا دەچىتە بارستايەكى سەۋەي مەردەۋ.

تەۋەۋ، زەۋى لىسەر قۇناغى سەۋەمەيىدا ۋە بۇتە ھەسەرەيكى
سەۋەۋ، گەۋەي خۇرە لە خۇرەۋە ۋەدە گەرتە كە لىسەر دەۋەيكى
زۇر دەرۋەزە لىسەر قۇناغى دەۋەيىدا.

زانەكان، ۋە سەۋەندە دەكەن، كە لە كۇتايى تەۋ قۇناغى
دەۋەيىدا، تەۋ تەۋ چالاكى تېشىكەۋەي زۇر دەۋەيت ۋە دەكەنە
پەلەيكى ۋە كە ھەمۇۋە تەۋ زەۋەكان دەكەنە ۋە بىخەتەيى
دەۋەنە ھەۋە ۋە دەچەنە بۇشايى نەۋەندەۋە، بەۋە تەۋكەتە ھىچ
زىندەۋەرنەك نەۋەيت تەۋ تەۋ دىنە دۆۋەخە لىسەر تەۋكەكان
بىنەيت كە خۇرە پەۋى ھەۋەسەيت، چۈنكە تەۋكەتە سەۋە ۋە



ھەۋەۋەرنە. ۋەك تەۋكەيە، ھەمۇۋە زىندەۋەرنەك لىسەر
پىكەتەۋە ۋە لىسەر خانەشە، تەۋ ھەيە، كە بىشەلى سەۋەيلازم
دەۋەدەۋە، ۋە تەۋكەش مەۋەندە ھەمۇۋە زىندە چالاكەكانە كە
كەۋەۋەۋەكانى تەۋەيە، كەۋەۋەۋەكانىش سەۋەتە
بۇۋەۋەكانىيە ھەۋەگەرتەۋە، فۇتۇنەكانى ۈزەي خۇرە دەكەۋە
سەۋەۋەكان ۋە سەۋەيلازم دەۋەرنە، بىر تەۋكە دەكەۋە، تەۋكە

زىندەۋەرنە دى، زۇر دەۋەيكە ھەمۇۋە لىسەر چۈن، تەۋكە پىش
ھەتەنە تەۋەتە، كۇچەن، بىرە ھەسەرەيكى دىكە نەكەدەيت
كە ژيانى تەۋەيە.

كەۋە بايۋەۋەۋەكانى تېشىكى خۇرە:

لەتوانايدا ھەيە لەھەبۇرە، دۈنۈكسىدى كاربون CO_2 ۋە لە رەگەكانىرە ئاۋ بۇرۇت ۋە بىيارمىتى تىشكى خۇر، خۇراك بىشپۇي گۇكۇز $C_6H_{12}O_6$ دۈست بىكات، ۋە نۇكسىجىن دەرپىرېنتىتە ھەۋارە، بىشپۇي O_2 .

لەپاشدا كۆمەلىك گۇرانكارى لە شانەكانى رەگەكەدا رۈدەدات بىشپۇي زۇرى گۇكۇزە دۈست بۈۋەكە دەگۇرېت بۇ جۇرەكانى دىكى خۇراك ۋەك چىۋى ۋە پۇتېن تىابىدا. واتە رۇشەپىنكەتەن، دۈ فەرمانى سەرەكى بەجى دەپىنتىت، لەلەيەكۈە خۇراكى مۇرۇف نامادە دەكات، ۋە لەلەيەكى دىشۈە مۇرۇف ۋە زىندەۋەر لەبەزىۋىنەۋى رادەي گازى دۈنۇكسىدى كاربون لە ھەۋادا رىزگار دەكات، ۋە لە بىرتىسى نەۋىش نۇكسىجىنى نۇجى بۇ پەيدا دەكات.

نامارەكان دەرمان خستۈۋە كە ھەكتارەك لە كىلگى دانتىرلە، لەسالىكدا نرىكى 500 م^2 گازى نۇكسىجىن دەرەپىرېنتىت ۋە 300 كىلوگرامىش لە كاربون دەچىپىنتىت.

ج) لەسەرەسپۇلۇزى لەشى مۇرۇف:

تىشكى خۇر بۇ مۇرۇش زۇر گىرگىۋ، كار لەسەر پىنكەتە فىسپۇلۇزىەكانى دەكات، زانائو پىشكانىش لەم بارەبۈۋە گىرگى تىشكى خۇرمان دەرەستۈۋە، بەلام لەھەممان كاتدا لەمەترىسەكانىشى مۇرۇشان ئاگادار كىرەۋتەۋە، چۈنكە زۇر خۇدانە بىر تىشكى خۇر تارادەيەكى زۇر زىانى زۇرە.

بەلام بۇ ماۋەيەكى دىيارىكراۋ، مۇرۇف زۇر لە نەخۇشەكان دۈۋر دەخاتەۋە، لە شارەگۈۋە پىشەسازىيەكاندا، كە بەھۋى دۈۋكەلى كارگەكانىرە، تىشكى خۇر بە باشى نايدات لە مۇرۇف، گەلىك نەخۇشى مەترىسەدار بىلۈدەپىتەۋىر ھەر شەپۇلىك لە شەپۇلەكانى تىشكى خۇر كارىگىرى دىيارىكراۋمان لەسەر لەشى مۇرۇف ھەيە، لىرەدا ھەندىك لەۋكاردانەۋانە رۈۋن دەكەينەۋە.

ا) كارى تىشكەكانى زۇر سۈر:

ئەم تىشكەكە بۇ چارەسەرگەدى بىرنەكانى پىست باشنەۋ، ھىمىن كىرەۋى ھەندىك لە نەخۇشەكانى دەمارو رۇماتىزىمىش ۋە بۇ يارمىتىدانى گۈرچىلىمى لاۋازىش باشن. چۈنكە دېنە ھۋى ئارق كىرەنەۋى زۇر ۋە دەرگەدى زەھەرەكانى لەش.

ب) كارى تىشكە بىنراۋىكان:

تىشكەكە لە ئەندازەيەكى دىيارىكراۋ زىاتىر بۈۋ، ئەۋا دەپىتە ھۋى تىكەدانى خانەكە، بەلام ئەگەر ئەندازى تىشكەكان لە سىۋىركى دىيارىكراۋا بۈۋ، ئەۋا دەپىتە ھۋى گەشۈر بىرەۋامى زىانى.

زاناکان، لەر تاقىكرەنەۋانە كىردىان، بۇرمان دەرگەۋ، كە زۇرەي بەكتىريكان، ئەگەر بۇ ماۋەيەكى دىيارىكراۋ بىر تىشكى خۇر كىۋىت، دەرەن، بۇ ئۈنە بەكتىري تاعون، لەپاش ۋە سەعات كە بىرتىشكى خۇر بىكۋىت دەرەت، بەكتىري سىل، لەپاش نىۋسەعات دەرەت.

تىشكى خۇر دەپىتە ئاۋ ئاۋى رۈبارو دەرەكانىشەۋە، ۋە تا قۇلايەكى زۇر، لە قۇلايى دۈۋمەتەدا، زۇرەي ھەۋەزى مىكرۇبەكانى دەگۇرۇت ۋە ئاۋەكە پاك دەكاتەۋە.

پ) رۇشە پىنكەتەن Photosynthesis

تىشكە ۈزە، لەۋا تىشكەكانى خۇرەيە، گىۋەرەتەن رۇلى سەرەكى دەپىنتى لەپىنكەتەنى مادە ئەندامىيەكانى رۈۋەكەكەدا. كە بىرتىن لە پۇتېن ۋە چىۋى، ۋە كارىۋەيەت، بىم كىرەدەش دەرەت رۇشەپىنكەتەن. لەۋاخانەي رۈۋەكەدا، مادەي كۇرۇفەل ھەيە، كە رەنگىكى سىۋىز دەپەخىتە بە گەۋ، ئەم مادەيە



منال، بهشتویهکی گشتی پیوستی به یتامین D هیده. لبعرئوه ههمیشه ناموژگاری کسروکاربان ده کرت بۆئوهی منال بدنه بفر خۆر.

سودوهرگرتن له تیشکی خۆر، باشت ده بیست، نه گهر مرۆف چینگه کهی خۆی بگۆریت، بۆیه ناموژگاری ئوه ده کرت که مرۆف بهر لادئو هاورینه هواره کان و سهرۆخی روباره کان بهیست بۆئوهی خۆدانه بهر تیشکی خۆر، گۆرانی شیرینیشی له گه ئوا بیست.

ههروه ها ده رکوتوه، ئهو منالانی بهر تیشکی خۆر ده کهن، بهرگهی لهشیان دژی زۆر نه خوشی باش ده بیست، وهک نه خوشی سیل، ههروه ها تیشکی خۆر کار له ماسولکه کان ده کات و بههتیزان ده کات.

بهلام ههمیشه پیوسته ئوه بهر تیشکی که زۆر خۆدانه بهر تیشکی خۆر زیانی زۆتره له سودی، بۆ ئونه منال، لهر باراندا، لیدانی دلی خیراتر ده بیست، تیشکه سهرو وهوشه یه کان بۆماویهکی زۆر ده به هۆی سوتای له پله دوردا، لهوانشه هندیکیان بینه برینه شیرینه یه کان نه گهر بۆماویهکی زۆر بهر تیشکی خۆر کهن.

ههروه ها تیشکی سهرو وهوشه یی ده بیسته هۆی روشاندنی تۆره ی چاو، لبعرئوه پزیشکان ناموژگاری ئوه ده کهن، کاتیک مرۆف بۆماویهکی زۆر له سهر شاخ یا له سهر رۆخی روبار ده بیستوه، پیوسته چاویلکه له چاو بکات.

ههروه ها زۆر خۆدانه بهر تیشکی خۆر ده بیسته هۆی خهوزان، زۆر جولان لبعر ده خۆدا، زیانی کم ده کاتوه، سودی زیاتر ده کات، بۆ ئونه وهز و له سهر ده تیشکی خۆدا چهند درۆخایه بیست سودی زۆر و زیانی نیه.

ههروچۆنیک بیست واباشتره، مرۆف له قهرچی نیوه و دا، زۆر خۆی نه داته بهر خۆر چوکه تیشکی خۆر له کاتدا، له ئه پهری چالاکیی دایه.

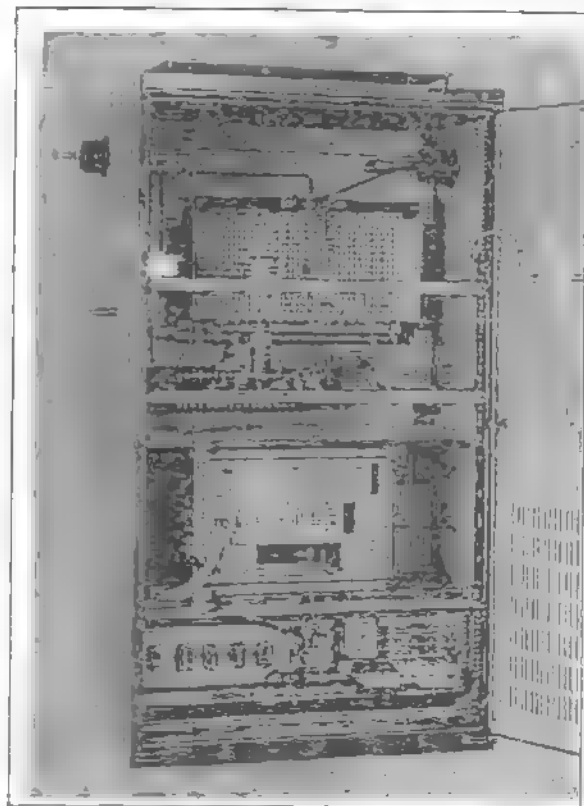
سهرچاوه:

1) Introduction to the Utilization of Solac energy. editor A.M.

2) Availability of world Energy Resources. D.C.I. Graham and Trotman ltd. U.K.

(۳) د. سلمان رشید سلمان - مصادر الطاقة بغداد -

(۴) د. مارسیل داغر. "الطاقة الشمسية" دمشق. (تقديم د. ادم السمان)



تیشکی سپی، چاره سهری هه کردنه کانی تۆره ی چاو ده کات، بهوی کار له کوتایی ده هاره کان ده کات، ههروه ها یارمستی گهشی منالیش ده دات.

لهم دوا بهدا، زانستی چاره سهر بهر نه گه کان دا هاتوه، وهک ئهوی تیشکی سهرو، هندیک نه خوشی ده ساری چاره ده کات و رهنگی شین، نازاره کانی رۆماتیزم کم ده کاتوه، و رهنگی سور، سوریزه زووتر ده ره پهرینیت.

چ (کار تیشکه سهرو وهوشه یه کان)

تیشکه سهرو وهوشه یه کان ده ناسرین بهوی شه پوله کانیان کورته، گهر دیله کانی ووزه کی زۆریان هه لگرتوه و بهر کوتنیان ده بیسته هۆی روودانی کار لیکه کیمیایه تایبه یه کان.

تیشکه سهرو وهوشه یه کان رۆژیان له پتکه پتانی یتامینه کانی له شدا هیده، خانه کانی مرۆف ههروو مادی کولیمستۆل و ئه رگیمستۆلیان تیدایه، فۆتۆنه کانی سهرو بهوشه یی کار ده کهن سهر گهره کانی ئه رگیمستۆل و ده یکه نه یتامین D رهنگی پیستیش ده گۆرین.

گده خوشی، لههوکوردنی توتدوتیزدا دهگرتنه نم هوکوردنه لهوارژدا لهواندیه بیتته پوکانوهی ناوېوشی گده (gastric atrophy)، همدتک لهوانایان وا دهوانن که دهیتته هوی شیریهچی گده (gastric cancer) ه. پایلوری و برینی دوانزگرئ:

تهگرمچی نم پهپوندیه بهیتزه لهنیوان برینی دوانزگرئ و ه. پایلوری دهیه. کهچی له ۱۰٪ لهوانی نم جوره برینهیان دهیه کهتیکرا ناسراون به همرسبرین (Peptic ulcer)، کهبرینی دوانزگرئش پهکیکانه، ه. پایلوریان تیتدا بدی ناکرتت. واته مخرج نیه ههمو جارک برینی دوانزگرئ ههمو، نیر ه. پایلوریش لهوی همدیت. لهوانی کهبرینیان ههمو ه. پایلوریان نیه، زورجار هوی که دیکهیان تیتدا بدی دهگرتت وک بهکارهیتانی نمو دهرمانانی بۆ نیش و بازار سولک کردن بهکاردهیترتن و ناسراون به (NSAID) وک نیمسپرن، نیندومپاسین، برؤفین.. هتد

لهواندیه بیرمن، چون میکروبتک لهگده دهوی لهجنگایهکی دیکه که دوانزگرئیه برین دروست دهکات؟ نممش والتک دهدرتتهو کهزیدابوونی ترشه لؤک (Acid) لهگده دهیتته هوی گزپینی پهردی ناوېوشی دوانزگرئ و شانهکانی نممش وک لهوانی گدهیان لئ دیت (gastric metaplasia) بهم جوره، هوکوردنی دوانزگرئ دروست دهیتت (Duodenitis) و دهوی نممش دهیتته برینی دوانزگرئ واته (Duodenal ulcer)

ه. پایلوری و برینی گده Gastric ulcer:

نریکی ۷۵٪ لهوانی برینی گدهیان دهیه دهترانرت ه. پایلوریان تیتدا بلزرتتهو، بهشویهکی دیکه ژمارهکی کهمر لهوانی برینی گدهیان دهیه، زاناون، که ه. پایلوریان دهیه. بهبرورد کردن لهگل لهوانی برینی دوانزگرئان دهیه. چون دهوانن نم پهپوندیه لهنیوان ه. پایلوری و نم

پوینانه دهسلیتین؟ (peptic ulcer):

پدکتک لههره نیشانه گرنهکان توهیه، که بهلهناوبردنی نم میکروبان، نم برنانش چاک دهتتهو. نیشانهکی دیکش توهیه کهپاش لهناوبردنی نم میکروبان، بهرزهکی زور کهم نم برنانه دهگرتنهو دوباره دهتتهو. واته لهنیوان (۲۰٪ تا ۵٪) دهیتت. لهبرامبردا تهگر نم میکروبان لهخوشی دوانزگرئ دا، نمو لهواوی مسالی یه کهم دا (۸۰٪) برینهکان دوباره دهگرتنهو (recurrence) ه. پایلوری و شیریه نهجی گده:

جنگای مانوهو بهردوامی لهسروشتدا بهپوونی نهوانراوه، بهلام نمو دهوانرتت که لهسر پهردی ناوېوشی گده دهوی واته (لینجه پهردی گده Gastric mucosa)، جاری وا دهیه نم جوره پهردانی که لهشانی گدهان، لهجنگار شوینی دیکمی لهشدا بدی دهگرتن وک سورتنچک (Esophagus) یان ریخولتی دوانزگرئ (Duodenum)، نیتتا واباس دهگرتت که لهدهم دان و لهپساسی مرفیشدا (stool) همدیت.

ه. پایلوری، بۆ ماهویهک دهوانتت لهترشی گده دهوی، بویه لهواندیه رشانوه هویک بیت لههوکانی بلزبونوهی. چمندین سالتش لهههمو، دورینهکانی گدهش، هویک برون بۆ بلزبونوهی، بهوی کهم وکوپ لهپاکو خاوتنیاندا، وگه لیک رنگای دیکش بۆ بلزبونوهی باسکراوه وک صاچ کردن، بهلام نمو پالپشتی زانستیانی تیه.

ه. پایلوری، لهمدتک گیانلهیری دیکه ده ناسراوه وک پشیلو نممش بهیه کتک لههشارکهکانی نم میکروبه دمارتت، هست دهگرتت که ناوی خواردنوه هؤکارک بیت بۆ بلزبونوهی لهولاته ههوارهکاندا. لهیه کتک نتاقتیکردنوهکاندا که (باری مارشال) لهسر خوی کردی، توهو همدتک لهم میکروبی خوارد که له نهخوشیکوه وری گرتو، پاش ده رزژ توشی هوکوردنی گدهبو تهگرمچی یش نم تاقی کردنوهیه خوی توشی هیچ نهخوشیهکی گده نمبو.

شولنی ژبانی:

وک روونه لهسر شانهکانی گده دهوی لهژر لهو لینجه پهردیهی که لئواری ناوېوشی گدهی ناوېوش کردوه. (mucus layer) و لههمان کاتدا لهناو لهشدا دهتتهوکان (Antibody) دروست دهبن لهشیوی (lgm) پاشان لهشیوی (lgA) و (lgG) و نم دهتتهوکانش پاش لهناوبردنی میکروبه که لهناو دهچن.

گه لیک نیشانه همن نمو دهگرمین که نم میکروبه نهخوشی خمرن (Pathogenic)، وک همدتک پهلهارشتن بۆ سر شانهکان و دروستکردن و رشتنی چمند لهنیزیک وک (urease) که دهوانتت شانهکان بهوی همدتک ژهرهوه (Toxin) لهناوبرت.

ه. پایلوری و نهخوشیهکان:

بلزترین شیوی هوکوردنی درژخایینی گده نمو جورهیه که بهوی ه. پایلوریوه دروست دهیتتو نممش بهزوری بشی خواروهی گده دهگرتنهو کهچی دهآین: (Antrum) بهلام

۳۰٪ نمو منالانه هپایلوریان هدییه وه زۆریه یان لمتمنی ۸ — ۱۸ سالاندان. برینی دوانزه گری تروشی منالانیش دهیت، ته گموجی بهریزه کی کمتر له گموره کان روودات، به لام زۆریه یان ه. پایلوریان هدییه. نمو منالانسی که لیچورانی پروتینی ریغوله یان هدییه protein losing enteropathy وا درکوتوه که ژماره کی زۆریان ه. پایلوریان هدییه. چون ه. پایلوری ده دوز رفته وه؟

بۆ ئهم مهبسته چهند رنگایهک هدییه، نمو رنگایانمش ده گرتن به دور به مشوه، به شینکیان پیتوستیان به دور برین هدییه. Endoscopy، و به شه کی دیکه یان پیتوستی به دور برین نیه. به لکو پیتوستیان به تاقیکردنوه سیرۆلۆجیه کان و تاقیکردنوهی همناسه هدییه.

یه کینک نمو شته سهیرانی که له تاقیکه گکاندا بهیرواره، نمو به، که همندیک جۆری همنگورین کار ده کاته سر ه. پایلوری، پین ده چیت نهمش به گۆرهی همنگورینه که به گۆرت.

همندیک نمو درمانانسی بۆ له ناو بردنی ئهم میکۆریه به کار دین بریتین له (بۆمۆپ، میترونایدزۆل) ئهم دوانه، همدوکیان به یه کوره باشن. به لام میکۆریه که به گۆری دروست ده کات، باشتین چاره به کارهینانی ۳ درمانه به یه کوره Triple Therapy

که بریتین له: Amoxycillin, omeprazole, metronidazole.

له گهل هممو، نموی لهم باره یوه ووتمان تا ئیتستا دربارهی ه. پایلوری. به لام وا دیاره ئهم برینه (Peptic ulcer)، نه خۆشیه که، چهند هۆکارێکی جیا جیا له دروست بویندا کاربگورن، همو بۆیه، ئهمانی خواروه، همندیکیان، یا ن هممو یان به شدارن له دروست بویندا وهک بهری تر شه لۆک، جگه کیشان، ئیسپرین (یان جۆری نمو درمانانسی لهو ده چن) و بۆ ماو فزانی (Genetic) و تنگۆ چه ئهمی ژیان (stress). و تا ئیتستا هممو نمو درمانانسی بۆ ه. پایلوری به کار دین همنانی هممو لایه کیان به دهست نه هیناوه. به لام نموی چاره یان ده گرت نمو به له دوا رۆژدا (کوتان) بۆ به گۆری لهم نه خۆشیه به کار به تترت.

نیمش، له لای خۆمانوه، له لیکۆلینوه به کدا که تا ئیتستا بلاونه کراوه توه، بۆمان درکوتوه، که ه. پایلوری له سه له یانی بهیرواره هدییه. به تاقیسهی لهو نه خۆشانهی که به برینی دوانزه گریان هدییه، و ئهم تاقیکردنوه یه مان راستوخۆ به هۆی (Endoscope) وه ته بام داوه به به گاهینانی تاقیکردنوهی (urease test)



ئهم په یوه ندیه وا ئاسان نیه روون به گرتتوه، هه چنده همندیک له لیکۆلینوه کان نمو ده که یهفن کتوشبونی ئهم میکۆریه زۆر به منالانی لهوانیه رۆلی له توشبونی شیره به خندا هدییت له دوا رۆژدا. له گهل هممو ئهمانه شدا، جیگای سهر سوپانه که ریکه خراوی تهن دروستی جیهانی (W.H.O) لهم دوا ییدا. ه. پایلوری داناوه به یه کینک له هۆکاره کانی شیره به خه.

همر له ههمان یواردا زانراوه که ه. پایلوری دهیتته هۆی دروستکردنی لیمفۆمایدیه کی تایبته به گنده کمپنی دهوترت (maltoma) یان mucosa associated lymphoid tissue

ه. پایلوری له منالاندا:

گهلک منال به بهردوام نازاری ناوسکیان هدییه، که زۆرجار دووباره دهیتتوه، جاران وا ده زانرا ئهمه په یوه ندی به نه خۆشیه درونیه کانوه هدییه، به لام لهم دوا ییدا روون به یوه که ۲۰ —

کافه بین له خوارنه وهماندا

"تەف سیم"



د مرخست که خواردنوی زړی چار قاره، له لایم شو ژانموه، دهیته هوی شوې که نازار به کوربه به بگهینیت، و همدیک جاریش دهیته هوی ټیکچونیان چونکه گمده کانی کافهین بخواو ویلاش Placenta دا د پروات و ده گاته کوربه له بویه زړی د امزراوه پزیشکيه کانی جیهان ناموز گاری دایکانی سکپړ ده گن تا ده توان بړی چار قاره کزلاو کاکاو له کانی سکپړ دا کم بگمنره لېمرنو زیانه زړانوی دهیگهینیت به کوربه له.

نو تاقیکردنوه نوتیانی نم دوايه شووې د مرخست که نه گمر بړی و مرگرتی کافهین له خواردنوه دا رځانه له ۶۰۰ ملیگرام زړ تریو، نو دهیته هوی ژهراری بوونی لشی به کافهین.

و همدیک تاقیکردنوه پدیمانگه توژنوه کانی یابان بنو شیرېغه، روونی کردنوه که و مرگرتی بړی زړی کافهین رځانه له مشکي تاقیکردنوه دا بویه هوی شیرېغه، بتاییت له ژر میثکه رځن Pituitary gland و مله رځن Thyroid Gland.

نو کاره گمړیسی که مادی کافهین (ناره کیمیا یه کمی برتیه له (Trimethyl xanthine - 1,3,7). دهیکاته سر وریا کړنوه کوننداسی دمار و هست به زیت بوونوه و زیاد کړن د پردراوه کانی گمده بویارمستی دانی هوس وای له زړی خدلی خورتاوا کردو که به بړیکی زړ رځانه نم ماده به له قاره یا له چادا و مرگرتی.

تاماړه کانی تمریکا شوې پیشانداوه که سالانه نریکی ۷۰۰ و ۶۰۰ گرام لم ماده به له تمریکا دا به کاردیت. نمیش شو ده گدینیت که خدلی رځانه زړ هیلاک دېن و پتوستان به وریا کړنوه دمار و دماره کانیانه.

نو کسانې نم ماده به زړ وېر ده گرن، و ا چاکه راستوخو وای لئ نهیتن، به لکو به به بیره، کمی بگمنوه، چونکه به خیرایی و به به کسر واز لئ هینانی دهیته هوی سریشی به وروام و جن به خن نه گرتن، چونکه کافهین به کیکه لو مادی که سرخ خوی پتو ده گرت (Habituation).

وازلن هینانی نمیت بشپړه کی هینن لمر خو بن.

سرچاره:

Whitney, cataldo; "understanding (۱) normal and clinical nutrition - pp 601 - 602.

2) Anderson; "nutrition: health and disease; p 305.

3) Sheila Bingham: (Dictionary of nutrition) p 47.

کافهین Caffeine، نو ماده کیمیا یه که له بړیکی زړی خواردنوه رځانه ماندا به شداره. بتاییت له چار قاره کاکاو (Co coa) و کولا Cola دا.

خدلی، همدیک خور، یا وک پتوستی لشی، رځانه چمد کویتک چا، یا قاره ده خنوه، بړی کافهین له ماندا به شپویه به:

یک کوپ چا ۶۰ - ۹۰ میلیگرامی تیدایه، یک کوپ قاره ۱۰۰ - ۱۵۰ میلیگرامی تیدایه شوو به یک کولا، یا کولا کولا نریکی ۴۰ - ۷۰ میلیگرامی تیدایه.

نم ماده به، نه گمر به بړیکی کم رځانه و مرگرتی، زبانی نیو رځنکی زړی هیه له وریا کړنوه کوننداسی دمار بتاییت ناو نه کوننداسی دمار، C.N.S. وک ماده به کی میزین کیش باشه بوی زړ میز کړن.

و مرخ پاش خواردنوه هست به ده کات که مانویتی دهیته هوی هیلاکی لشی کم دهیته، بتاییت چونکه نریکی ماسولکه کان کم ده کاتو دماره کان وریا ده کاتو و لیدانی دل له سستی رځار ده کات.

به لام تاقیکردنوه نوتیه کان سلمانو یانه که زړ خواردنوه چا، قاره، کولا، کاکاو، زبانیکی زړیان هیه، نه گمر ره چاری بړی و مرگرتیان له لشی نه کرا، بتاییت چونکه له خورتا رځی مادی کافهین به رځه گمنوه له نهیتمدا سرخ تووشی گدلیک باری ناهمماور دهیت که زړه یان به زبانیکی زړ ده شکیتو به سمریدا، وک: خولن نه کورت Sleeplessness بتاییت له شو دا، خیرا لیدانی دل Palpitation، دست و میل لمرین tremor، هه لچرونی دمار jitteriness دمار گری nervousness، نانارامیه کانی رځانه کان intestinal discomfort، همدو ها دمرکوتو که نو کسانې برینی دوازه گرتان هیه، چا و قاره کولا خواردنوه، برینه که یان زیاتر ده کات و له چاک کړنوه دوری ده خاتوه.

لم دواياندا تاقیکردنوه کان لمر ژنی سک پړ شوې



بوومەلەرزە

نووسىنى: سۆزان انور فرج



پېشەكى:

(ھەسۇن) كە دروست بوونەكە دەگەرتىدەتتە بۇ (۲۰۵) بىلۈن سال.

ۋە تازەتەن پارچە زەرىش دىسان دەگەتتە ئىم كىشورە بىدەرتتە كىنارە رۇتتەۋى كە تەمەنى ھەندەك لىك پىكەتتە كە دەگەرتتە بۇ (۱۰۰) مىليون سال. ئەگەر ئىم زانىيارىيەتە تەۋەلى زەرى بۇ گەۋدە ۋە جىگەر بۇرۇن دەرىخەن ئىم دەۋەتەن بىلەن ئىم كەتەنە بىس كەن بىشە ئىمە

تا ئىستە مەۋە ئەتەنە بىدەكەرى مەۋە دروست بۇنى زەرى دىيارى بىكەت ۋە تەمەنە دىيارى كەۋە كەنە زىاتە پىشتى بە ھەلەنەنەنەنە بىستەۋە. جەۋە دىۋە جەۋە تەمەنە كە دەرەتتە دەگەرتتە، ھەرچۇنەك پىتە ئىستە زەرى بۇچۇرە كەنە لىۋەدا يەك دەگەرتتە كە تەمەنى زەرى نەزىكە چۈۋە بىلەن ۋە نىسە سەلە. كۆتەنە پارچە زەرى لىك ئەمەرىكە بىكەۋە كە كەندەۋى



ده‌کات که چیاکافان توانبیتیان (۲۵) جار شپوهی خویان بگوزن و بوم شپوهی نیستا جینگیمینوه.

ره‌هایه گمر بووریت که هر لازیمه له سهرهای نم گوزانانوه روویدایت له گمل نم پستانه که لمر توکللی زوی بووه بۆته هوی نموهی که کاتیک دوردورتر تریکه که له گوزاندا بیت، تا له کوزایدا جینگو بیت.

زاراویکی فیزیکی هدی پسی داتین زنجیره شپوله پوکاوه‌کان (سلسله‌الأمواج المجمعله) که شتیک دوردورتر زوزجار له ژبانی رزانمان دا دهینین وه نموهی کاتیک بوردیک فری دهینه نار تریکی فراوانوه نار که دهشلقیت و کوملنیک شپولی بازمنی لمر روی نار که دروست ده‌کات ده‌گرمتهوه دخی جارانی.

ده‌توانین دونه‌های زوری نم شپوهی شپوله ده‌گیانی هوا بوم پتیه بگرمیننوه بۆ نم لیدانانوه بوم‌لرزه ده نه‌جام دین، هروها ده‌توانین نم جوړه زنجیره شپوله پوکاوه له‌شپوهی رسانی پتیه‌های هساره‌کماندا بینین له نه‌های داپوخان و داخزانی چینه‌کانی تا شرتی خویان ده‌گرمتهوه لغاوه‌های تمیناییتو جینگو چالاکي نساهوه، به‌لام هیچ به‌لگه‌یه‌کان نریه که بیسه‌تمینیت نم جینگوی و هاسونگی به هیشتا تروا نمبوه، بۆچونی جینگوی زوی بگرمیننوه دواوه.

بوم‌لرزه‌گرمتهوه‌ترین کارهای سرشتیه که له چمند سدهی رابردوده هره‌شمی له ژبانی سمر روی زوی کردوده بۆته هوی نغزبونی زوز شارو دخی هممو کیشورکان.

سالانه له سراسری جیهان دا زوز بوم‌لرزه روودات به‌لام کمینکیان نم وزه به‌هرهم دین که بیته هوی نغز کردن خوشه‌خانه زوری بوم‌لرزه‌کان دور له شارتانی و کومه‌له‌گاکانی سوز رووده‌ن هر نم‌شه مترسی و زیانه‌کانی کم کردوتهوه.

هر ولایتیک گمر دوچار بوم‌لرزه‌یه‌کی به‌هیز بیتوه به‌چندین سال زیانه نابوریه‌کانی بۆ قهره‌وو ناکرتسوه. لمرنمیه که دهیت پش روودانی له‌کات و شوتی روودانی بوم‌لرزه‌کان بکولیننوه تابوتانین چاره‌یه‌ک بۆکیشه‌که دابنیت. تا نیستا لیکدانوه‌کی ووه لمر چوینتی روودانی بوم‌لرزه‌یه، نموش به‌لگه نریسته که ساتوانین زالی بین نه‌یلین بوم‌لرزه‌که رویدات.

بوم‌لرزه چی‌یه؟

بوم‌لرزه هیندهی زوی کونه، له دروست بونی زوی‌یهوه تانیتا بوم‌لرزه هر هبوه نار بفاو لیرو لوی شرتانی

نغزو خاپور کردوده. بوم‌لرزه بریتی به له لوانه‌وی زوی دونه‌های نم وزه‌یه له چینی بمرده‌کانی زویا قمتیس ماوه، نم بوم‌لرزه‌یه ده‌شیت هینده سووک بیت که تنها نامیره هستیاره‌کان، پزی بزایت یان هینده به‌هیز بیت که زیان و کاول کاریه‌کانی روون و ناشکران. بوم‌لرزه له ناخی زوی له قولای نریکی ۷۰۰ کم دا روو ده‌دات لمر چنانیه که له ۷۰۰ کم قولتن بمرده‌کان نمرتر مامه‌له له‌گمل یکه ده‌کمن بۆیه نابنه هوی بوم‌لرزه .. نموهی زانراوه کات و شوتی بوم‌لرزه ناشکرانی‌یه له هر شوتن و لمر کاتیکدا ده‌شیت رویدات.

زوز بۆ چوون و گرمانه چ کون و چ لوی هولیان دواوه که چوینتی روودانی بوم‌لرزه بخفه روو. کونه‌کان لمرنمیه ناتوانن هممو دیارده‌کانی بوم‌لرزه لیک به‌نمونه نیستا پشت گوی خرابن، به‌لام هروکو نمونه یه‌کیتک لمر گرمانه کونه ده‌لنت:

بنمیش و دیواری نمشکوت بۆ شایه‌کانی ناخی زوی دهرخین و نمیش دهیت هوی نموه ناوچه‌کانی داروسی

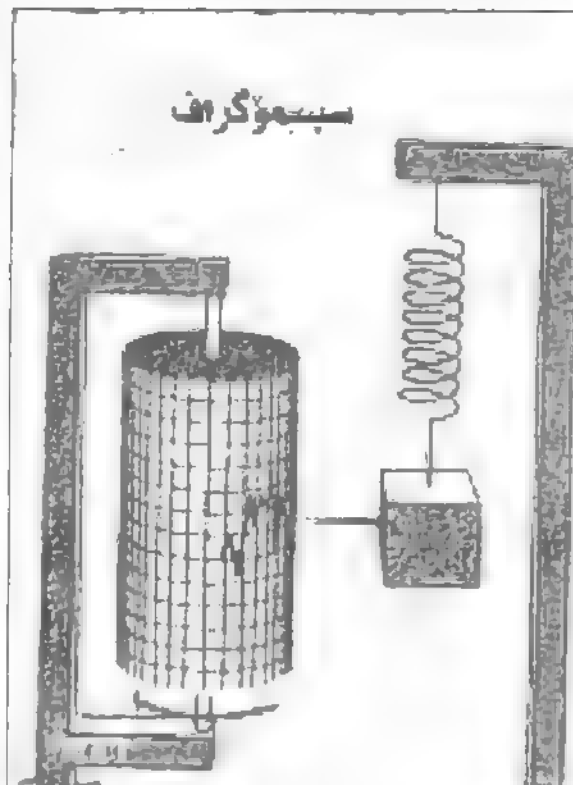
جۆرمگانی یومەلەرزە:

برومله‌ره بیهیږی قوئی شوتنی روودانی ده‌گړتیت به ۳
بشپړه:

بووملر زېر زېر روکار - Shallow Earthquake: له
 تر ټکلی زېر زېر روکار دات بدولای ۵ - ۳۳ کیلومتر.
 بووملر زېر مام نارېدی - Intermediate
 Earthquake له ۳۳ - ۳۰۰ کیلومتر
 روکار دات.

بوم‌لرزی قوْل - Deep Earthquake: لوقلای
۲۰۰ - ۷۰۰ کلومتر دا روودات.

نمود پتو بسته باس بکرتت ثوبه زردی بومله‌لرزگان
تغناخت تونده‌گانیش له سنوری توئکلی زوی‌دا روده‌دات.
سو قلیشان و داخزانانی که له تهجانی بومله‌لرزگوه
زوده‌دن تباری قلیشه‌کو هیئتی خزانه‌که به‌ناسوی و
ستونی لسه‌ر زور هژگار و ستاون و له جزری به‌ورده‌کان و



قولیہ کہ میان سروشستی چینه کانی دھوروپری و پینکھادی
جیولوجی و جگہ لہ ہیندر جزری ٹو پستاندی کہ دہ کویتہ
سری.

شە يۆلەكلىرى يۈرۈش ۋەزىپىسى:

که بوومله‌ره: روودات کۆمه‌له شپۆلێکی جیاواز دروست
دکات که به هه‌موو ئاراسته‌یه‌ک دا یلگوده‌بیتوه له‌سهرشویه
بازنه شپۆل و له‌چاوه‌کی روودانسی بوومله‌ره که
دوورده‌گرتتوه. ئهم شپۆلانه‌ش دوو جۆری سه‌ره‌کیان هه‌یه:
شپۆله‌ جه‌سته‌یه‌کان: بریتین له‌و شپۆلانه‌ی بناخی زویدا
رۆده‌جێ یۆ ئهم جۆرانه دا به‌ش ده‌کرن:

۱- شمیپۆله درێژەکان (سەرەتایەکان) Primary Waves: ینشان دوتۆرت شمیپۆله پستانەکان، لەم شمیپۆلاندا ئاراستەی جوولمەی گەردیلەکانی ماددە ھاوتریی رێبازی شمیپۆلەکن، ئەم شمیپۆلانە بە ناوەندی رەق و شل و گازیدا تێدەگەزن.

ب۔ شہزادہ پانہ گان (ناوہندیہ گان) Secondary waves:

بریتیه لو شپۆلانی که ناراستی جوئی گهردیله گاتی
مادده ستویه لیسر و بجازی شپۆلکه. نم شپۆلانه تنها
توانای برینی ناوهندی ره قیام ههیه ناتوان به ناوهندی شلدا
تویهین.

شمیوله روکاره کان:

بریتین له شپږوله دريږه گان (دريږي نيم شپږولانه زړو له شپږوله کاني جوړي يه کم زياتره له گڼل گيشتني وړه نازاده که يو سمر زوي، به روي زويډا بلاوه دينوه نمانيش دوو جوړن، له جوړي يه کمدا جولي گمړد يه گان بمشوي باز نه يي و هاوترپ دېن به رتيازي شپږوله که، له جوړي دووه مددا شاقولي دېن لسمر رتيازي شپږوله که، نو شپږولانې که لسره وې بايمان کرد جوازيه گان له ختراسه کاندايه.

بقی نمونہ: شہپولہ درژہ کان لہ ہمسویان خیراترن کہ
خیرایہ کیان دگاتہ ۵۵ تا ۷۴ کم/چرکہیدہ کدا ہمدش خیراتر
دبیت لہ شہپولہ پانہ کان بہ ہتندی ۱۷۲ جار، شہپولہ
روکارہ کان ہیناش ترین جزہ کانی شہپولہ خیرایہ کیانہ
نریکی ۳۲ کم/چرکہیدہ کدا دبیت ہمدیرکردنی رینی
ژمارہ (۱) بزمان رووتر دبیتسورہ جیاوازی کاتی گہشتنی
شہپولہ کان.

خیرایی نم شپڙلانه لسمڙ چڙي ٿو بڙدانه راد بوستي که شپڙلکه کي پيادا ٿيڻي ديت هر لمبر ٿو شه که شپڙلکه کان له کاتي جياوازدا ده گنه شونه دووه کان. ٿو رادي زانراوه شپڙلکه کاني بومعه لهره لهره کيدا بچي ياسايي روڻا کي (شکانمو گهرانو) دپوات لمبر ٿو رادي که زوي له چمند چينک که له چڙي واري فيزيکي و هيتي بڙندا جياوازن، شپڙلکه کان له ربهزه که ياندا روڻو چمند شکانمو گهرانو ده بن. زوڙي کاولکاري و خاور کړده کاني

د هپتورت کمپری د هورتورت نیگار کینشی بوومه لمرزه (Seismogram) سیزموگرام. ټیستا پخوانی مرکالی به پخوانی کی نازانستی و سره تایی د هزانرت، لمرنوه پخوانی ریختر به توترو باشتر د هزانرت له خواروه به کورتی یاسی پخوانه کان و پله کانیاں ده کین.

۱. پخوانی مرکالی:

نم پخوانی له (۱۱) پله پیک دیت له (۱) تا (۱۱) که بوومه لمرزه که گهسته پللی (۱۱) ده پسته هوی کولکرون و نگرېوون.

پللی (۱) هست به بوومه لمرزه که ناکرت. پللی (۲) نو مرزانه هستی پند کمن که له سربان راکشارن.

پللی (۳) لغاومالیشدا هستی پند کرت، هسته کش لوه ده پیت که ماشینیکی باربوری گوره بدلای ماله کدا پروات.

پللی (۴) له رزدا لغاومالدا هستی پند کرت بشودا سرژ له خو خپوره کاتو شوشی په پوره کان ده ست ده کات به جوله جوړ.

پللی (۵) به ناسانی هستی پند کرت چونکه شوشی په پوره شوشی هلو اسراو یان لمر رف دانراو ده ست ده کمن بهوی بشکین، درختی باخچه ناومال ده ست ده کات به لمرنوه.

پللی (۶) زور به باشی هست به لمرزه که ده کرت، لمری هستی پند کمن خونه ستانه راده کات تا خوی بگه پینته دوی مال.

پللی (۷) لم پلیدا نو خانوانی که بناغه یان دیوارو بنیچیان باش نریه دپوختن

پللی (۸) نو خانوانی که به باشی دوست کراون درزه پمن هروها سر له شوقی ماشینه کان تیک ده پیت لوانیه نوتومبیله کانیاں پند لمری پانورت و هورگرت.

پللی (۹) نو خانوانی باش دوست کراون ده ست ده کمن به لمرزین و زوی قلیشی تده کورت و بزره کانی نار زوی ده شکیت.

پللی (۱۰) پرده کان دپوختن و هیل ناسنی و جادوبان تیک ده پیت

پللی (۱۱) بوومه لمرزه که ده گاته لمر پری سرژ و خانوو کل و پل به مرادا هل ددات.

مرمه لمرزه ده گپ ندرتو به پو شه پزله روکاره کان چونکه ریزه کی له ریزای شپزله جسته یه کان به سرژ نریکتر به کی پوزترو به ناوچه یه کی فراوانده پلاوه پیتوه.

نماوی بوومه لمرزه:

بوومه لمرزه زور جار هیزکی لاوازه که به هوی هستی سوشی سرژوه هستی پند ناکرت نم جوره هیچ زیانکی ده دیان نریه به لام نماوی بوومه لمرزه ده تانرت توماری کت. نماوی بوومه لمرزه برتیه له نامی هستیار کمپری. هورتورت نامی تومار کردن و جزیانی بوومه لمرزه، جزیکی کاری نم نامیرانه لمره هاتوه که بارسته یه کی ترس به بندونکوه جیکر ده کرت یان به تومر یه کوه حوری کی دهره کی ده پسترت به به بارستایه که به نازادی. هورتورت و هور ددات که به نه جلاوی پینته، نمش به نامی رت کیشی به دهره اموه ده پسترت که له بابو لمری نه غزی هستیاری پندراو لمرزه یه کوه پیک دیت دهرزه کی نمرمای لمره زو کاره یه کی که درست ده پیت نه جوی زوی بارسته کوه به دهرزه که ده گات لمر کاغزه هستیار که توماری ده کات.

نیستا زور جوی جیوازه نماوی بوومه لمرزه هیه که هریه کوه پو پخوانی جودا گانسی تایستی نم شپزلی مرمه لمرزه به کاردیت، وک فراوانی شپزله که، خیری و توهانی زوی له کاتی تیپو پونی شپزله که. ژماره ۲- هندی هیلکاری بنمراتی نامی تومار کردن بوومه لمرزه پند ددات.

نمکی پخوانی بوومه لمرزه:

نیستا دوو جوی یه کی پخوانی بوومه لمرزه هیه، جوی به کم پو پخوانی توندی بوومه لمرزه که به ژماره ۱- جیوازه کانی بوومه لمرزه کمان ددات نمش زور جوی هیه حله لمری به بلاوی به کاردیت پخوانی مرکالی به که له (۱۱) یه پیک دیت توندی بوومه لمرزه لمر دوری نیوان چاوی بوومه لمرزه کوه نو شونمی که تیایدا دپنودرت و جوی به دهره رقی به ده که بنده.

جوی دوو:

هیندی بوومه لمرزه که دپورت مېستان له هیندی بوومه لمرزه هیندی لمر ویه که نازاد ده پیت ټیستاش بختوین جوی نم پخوانی پخوانی ریخته که له (۹) یه که پیک دیت. تا نیستا هیچ بوومه لمرزه پیک روی نداده که (۹) پللی ریخته پیت. نم پخوانی پست به پیندی لمر ویه ده پست که نازاد ده پیت، نم ویهش به هوی نامی تومر

پیاوړه ریختل (Richter):

نم پیاوړه کراوه به نږدې پلوه هر پلوه نږدې نښانې
نم پیاوړه که ښکته وړه لار او دهیت وک له لم خسته پیاوړه
دېر د کورنۍ.

پلوه یو مېله لمرزه	د زوې ژانوالی
۱	۶ ثونډ
۱.۵	۲ پاوړند
۲	۱۳ پاوړند
۲.۵	۶۳ پاوړند
۳	۲۹۷ پاوړند
۳.۵	۱۹۰۰ پاوړند
۴	۶ تن
۴.۵	۲۲ تن
۵	۱۹۹ تن
۵.۵	۱۰۰۰ تن
۶	۶۲۷۰ تن
۶.۵	۳۱۵۰۰ تن
۷	۱۹۹۰۰۰ تن
۷.۵	۱۰۰۰۰۰۰ تن
۸	۶۲۷۰۰۰۰ تن
۸.۵	۳۱۵۰۰۰۰ تن
۹	۱۹۹۰۰۰۰۰۰ تن

کاتی جیوازدا ده گنه رسته گنه ته گمر دوری چا وکی
بوومه لمرزه کمان - له نواړه کمره زانی ده تانچې چمن
چماوړه پکې بز کاتی گواستونې شمېرله کان وټنې ژماره
(۴) بکټین و گمر کاتی روودانی بوومه لمرزه کمان به وړی
زانی بېنې هاو کټ شېر پټه کانی جوړه شو زانیار پانمان
دست ده کورنۍ که ده مانورن.

تا بتوان چې بوومه لمرزه که دیاری بکېن دهیت به لانی
کمره له (۳) نټر گې نواړی بوومه لمرزه تومار کرایت.
بز نم مېستش چمن نه خشه پکې دیاری کراو به کار دټ که
شونې نټر گه کانی لمسر دست نیشان کراو. هر نټر گه پکې
هوالتی دا که بوومه لمرزه کمان تومار کړووه لمسر نه خشه که
بازنېه پکې بدوړدا ده کټش، نم باز نانه له خاکینکدا یه کټی
ده پټ. که بریتیه له چټی بوومه لمرزه.

دانه ش بوونی جوگرافیايي بوومه لمرزه:

چټکه روکار پیه کانی بوومه لمرزه لمسر هموړو گوی زوړدا
پلاوړتو به لام بشوړه پکې ناشکراتر له چمن پشته پیه پکې
دیساری کراو کزبونښوړه که پټیان د هو ترست پشته
بوومه لمرزه پیه کان (Seismic Belts) و له لم پشته ناندو
دو پشته نښی سره کیان تپدایه که له ۹۵٪ هموړو
بوومه لمرزه کانی جیهان لم دو پشته ناندو روودات.

پشته نښی یه کمان پشته نښی بوومه لمرزه (پاسیفیک) و که
ته کورنۍ سر کمانه کانی د برای نارام، لښوړنښوړه و به لای
باکوړو لپاشاندا روژناو تا (فلیپین) نینجا بېرو باکوړو
به لای فورمز و ژاپون و دوړه کانی نا کوړیال - له روژناوای
نالاسکادا - دروړه پشته نښوړه، به لای روژه لات و باشوړی
روژه لاتی شدا له کمانه کانی لمیری کای باکوړو بېرو
روژناوای لمیری کای باشوړو.

پشته نښی دوهم:

پشته نښی (هیمالایه نلپ) و که له فورمزو بېرو باشوړی
روژه لاتی ناسیا، لښوړنښوړه بېرو بېرو بېرو بېرو
هیمالایدا له هندستانوړه دروړه پشته نښوړه پاکستان و
نورغانستان و ایران و تورکیا و برای سپی ناوراست و یونان
و نیپالیاو نیپالیا و پورتگال و اګر تومو هروها بشنک له
چین و تبت و بشوړه باشوړه پیه کانی تورکمانستان و
نوزبه کستان ده کورنۍ نم ناوچه دیاری کراووه.

و چمن پشته نښی پکې لاره کی تر هدیه که له دو پشته
سره پیه که جیا دېنښو به لام کاریگریان زوړ کمره بېرته.

وټنې ژماره (۳) تومار کورنۍ بوومه لمرزه پکې نیشان ده دات
به پته ۵ و ۶ پله بیه پکې ریختل.

جیزانی روودانی بوومه لمرزه - Locating

Earthquake - :

نم پته که بوومه لمرزه تپادا روودات پټی دوترت
چټک یا تیشکو (البوړه - focus). که نم ناوچه پیه زوړه
وړه کزکراو کمان به خپرای لټو لار او دهیت. لم ناوچه پیاوړه
زوړی دروړه دات و ده کټش بټ ناسانکون نم ناوچه پیه به
پنتیک دادررت پټی دوترت چټک.

به لام شو خالې لمسر رووی زوړی بېرامېر چټکی
بوومه لمرزه پیه له ناخی زوړدا پټی ده لټن روکارو
مه لښوړی بوومه لمرزه. توندی بوومه لمرزه که لم خالدا
دروړو پانه کان (سره تایی و ناونډیه کان) تا ده گنه
نټر گې نواړی بوومه لمرزه ده تانچې دوری شوینی روودانی
بوومه لمرزه که دیاری بکېن بېدیاری کورنۍ تاراسته پکې،
نموی زانراو شمېرله دروړه کانی (سره تایی کان) له شوړله
پانه کان (ناونډیه کان) خپراتن، نم شمېرلنښ - له دو

دابهش کردنی تم پشتینه بوومه‌لەرزه‌ییانه پشت بستیوری پلیته‌کان (Plate Tectonic) ده‌بستیت.

بهنی تم تیسره تازه بهشی دهره‌ی گزی زوی دابهش ده‌کرت به چمند پلیتیکه جیاوازه لهره‌ی شیوه روه‌یرو هندیکیان پلیتی کیشورین (continental Plates) هندیکی ترشیان پلیتی زه‌یاین (Oceanic Plates) ره توانی ترشیان تیکه‌لن. نسته‌وری تم پلیتانه له چمند کیلومتریکه ده‌گاته (۱۰۰) کم یان (۱۵۰) کم. وه لهنیران تم پلیتانه‌ی چمند جوله‌یکی دیاری‌کراو هه‌یه تم پلیتانه یان نه‌یه‌کتر دهره‌ی‌کونه‌ی یان له‌یه‌کتر نزیک ده‌بنوه به‌هوی هیتی قولایی زویه‌ی‌کمه که به هه‌لگره‌ی‌توزو (Convection currents) ناساره.

به پشت بستن به تیوری تکتونی پلیته‌کان (نثریه تکتونییه انصاف) پشتینه بوومه‌لەرزه‌کان که له‌سهره باهمان کرد، سنوری به‌ی‌یک گه‌یشتنی پلیته‌کان و ناوچه‌ی پیکه‌دان و تیکه‌ل بونیان ده‌ییت.

تنبیه‌ی‌کی تری زور گرنگ نه‌یه که هه‌موو پشتینه بوومه‌لەرزه‌کان و کانه بوورکانه‌کان و زه‌ی‌ه‌شاخه تازه دروست بوورکان ده‌کونه شوونی به‌ی‌یک گه‌یشتنی تم پلیتانه. بهم شیوه‌یه هه‌موو چالاکیه جووله‌ی‌کانی زوی ده‌کرتنه ناوچه سنوره‌ی‌کانی تم پلیتانه، به‌ی‌یک له‌وانه‌ش بوومه‌لەرزه‌یه که له نه‌یامی جوولگی زویه‌یه دروست ده‌ییت. وئسی ژماره (۵) پشتینه بوومه‌لەرزه‌یه‌کان دیاری ده‌کات.

بوومه‌لەرزه له عیراقدا

نیوه‌ی‌رگی عهره‌ی به به‌ی‌یک له پلیته زور گه‌وره‌ی‌کانی سهر زوی داد‌ه‌نرت، جوله‌ی‌کی دیاری‌کراو‌ی‌ی هه‌یه له‌گه‌ل پلیتی روسی و نه‌فریقی و نیرانی و س‌م‌الی‌دا. له‌وی تنبیه‌ی کراوه له دابهش بوونی جوگرافی نیوه دورگی عهره‌ی‌دا که زوری بوومه‌لەرزه‌کان له‌ناوچه سنوره‌یه‌کان تم پلیته‌دا بوودات.

عیراقیش ده‌کرتنه سنوری باکووری رژه‌لانی تم پلیته‌یه. وه تم سنوره‌ش به‌ی‌یک له‌ه‌ولی بوومه‌لەرزه‌یه ده‌ست یشان کراوه.

له شاخی زاگرس و تۆرسوه هه‌تا ۱۵۵ کم به‌یانی به‌ه‌وام ده‌یت، هه‌رچنده سنوریکه زور بون و ناشکرا نهریه بۆنم هه‌له بوومه‌لەرزه‌یه‌یه. وه تم زانیاریانی که له‌سهر بوومه‌لەرزه‌ی عیراق هه‌یه چمند زانیاریه‌کی زور کمین و زیاتر پشت به زانیاریانه ده‌بستیت که له دهره‌ی عیراقدا هه‌یه نو تۆمار که جیهانیانی که هه‌ندیک رودانی بوومه‌لەرزه‌ی

عیرانیان لای خویان تۆمار‌ک‌ه‌دوه، به‌شیوه‌ی‌کی گشتی عیراق زور سست و به‌ی‌ه‌یه له رودانی بوومه‌لەرزه‌دا. گهر به‌راوه‌ی‌کرت به‌ناوچه جیاوازه‌ی‌کانی تری جیهانی هه‌رچنده عیراق به‌ی‌یکه له پشتینه‌ی نه‌ی‌ی بوومه‌لەرزه‌ی (Belt Alpen) که هه‌شتا له رودانی بوومه‌لەرزه‌دا زور چالاکه.

له سالانی ۱۹۰۰ تا ۱۹۷۵ شورتی رودانی (۹۰) بوومه‌لەرزه ده‌ست یشان و تۆمار‌کراوه که له زوی عیراقدا رودی‌داوه وه هیتی تم بوومه‌لەرزه‌یه له ۲۷ هه‌تا ۲۷ پله بوو به‌ی‌یک به‌ی‌یک رختهر. بهشی باکووری رژه‌لانی عیراق به‌ی‌یک له به‌ی‌یک زور چالاکه‌ی‌کانی بوومه‌لەرزه له عیراقدا گه‌وره‌ترین بوومه‌لەرزه له ناوچه‌ی‌دا رودی‌داوه که هیتی (۷) پله بوو به‌ی‌یک به‌ی‌یک رختهر.

وه له بهشی باکووری عیراقدا ناوچه‌ی‌یک هه‌یه که زور چالاکه له رودانی بوومه‌لەرزه‌دا له‌سهر ناستی هه‌موو عیراق نه‌وش ناوچه‌ی کهرکوک - موسله، که له ناوچه‌ی به‌ه‌رو جیهانی ده‌ست به‌ی‌یک کات و ناپاسته‌ی‌کی به‌ه‌رو باکووری رژه‌لانا بۆ باشوری رژه‌لانه وه ده‌کرتنه ناوچه لیژه نزمه‌ی‌کانی عیراق به‌ی‌یک دابهش کردنی جیمورفولوی عیراق. به‌لام ناوچه‌ی‌کانی باشوری رژه‌لانی له عیراق زور سسته به رودانی بوومه‌لەرزه‌دا.

وئسی ژماره (۶) نه‌خشه‌ی عیراقه که دابه‌ش‌جیونی بوومه‌لەرزه له عیراقدا نیشان ده‌ات. هه‌تا نیتا نه‌و بوومه‌لەرزه‌ی که له عیراقدا تۆمار‌کراون زور له‌قولایی‌دا نه‌یوه له قولایی ۳۰۰ کم زیاتر هه‌یج بوومه‌لەرزه‌یه‌کی رودی نه‌داوه.

*سهرچاوه‌ی‌کان:

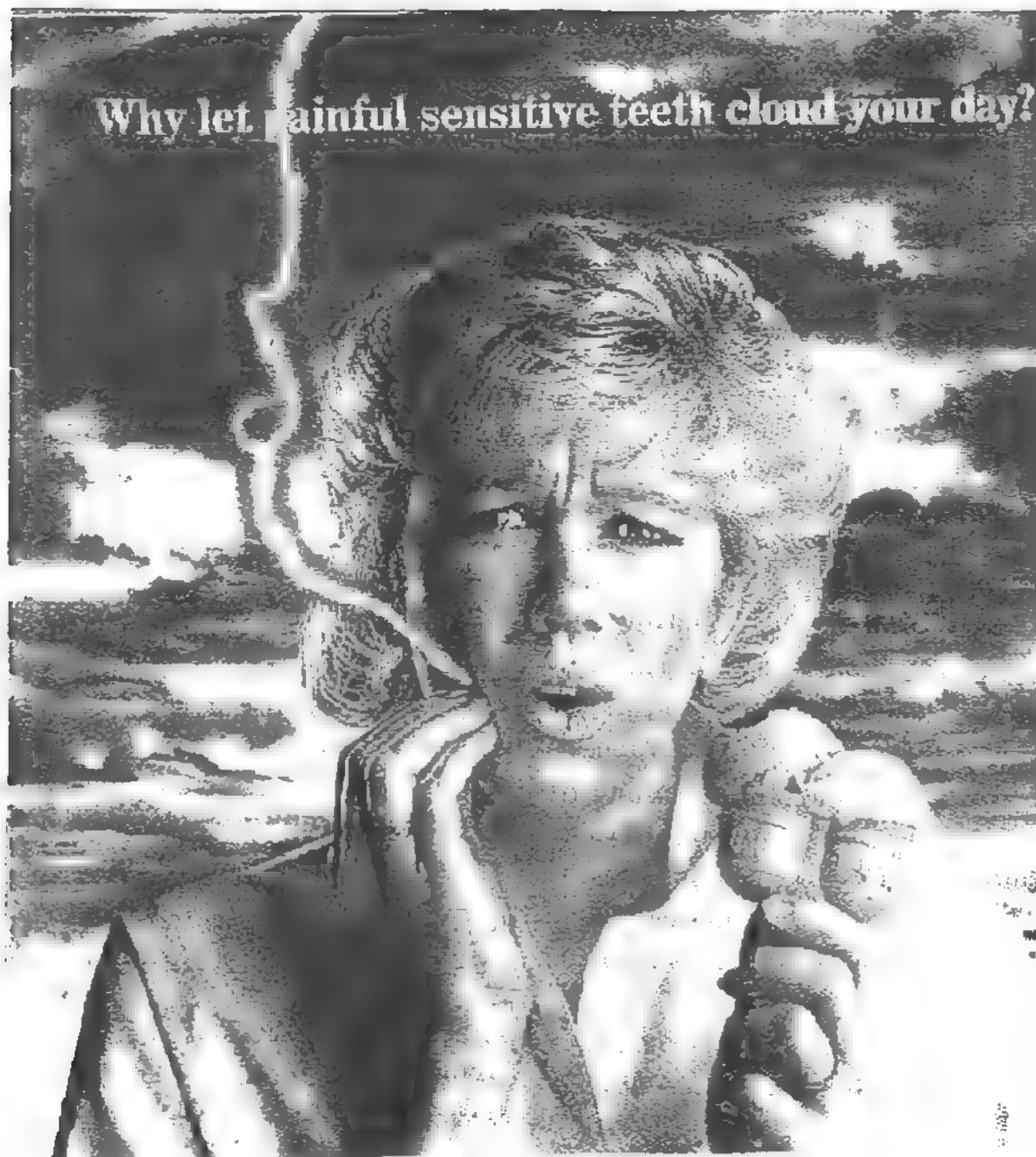
- (۱) سلیم ابراهیم والاخرون، مبادی الجیولوجیا والجیمورفولوجیا، لسنة ۱۹۸۴ مطبعة مؤسسة المعاهد الفنية، بغداد
 - (۲) عادل حاتم جوی، الجیولوجیا للجمیع، دار الحرية للطباعة - بغداد ۱۹۸۰.
 - (۳) لیستردیل رای، الارض .. الفاضة، دار الشؤون الثقافية العامة (الاق عریبة) - بغداد.
 - (۴) رژه‌نامه‌ی به‌ی‌یک‌تور، ژماره ۱۸۷، رژه‌ی هه‌ینی ۶-۳-۱۹۹۸.
- هه‌موو رژه‌ی نه‌خشه‌ی‌کان له کتیبی (مبادی الجیولوجیا والجیمورفولوجیا) وه وه‌رگه‌ی‌داوه له‌لا‌ه‌یه (۲۴۴، ۲۴۳، ۲۴۰، ۲۴۸، ۲۴۵)

دان يەشەو ھۆكارەكانى

نوسىنى: دكتور سەيد شېخ لەتىف

مامۇستاي كۆلىرى پىزىشكى دان

۹۹



شۈن و جۈزى كارىگىرەكە لىسەرچارەدا جىياۋزە. دانەكانى كاكىلى ژۇر و كاكىلى خوارو بەدەمارىگىرە بىستاون پىن دوتىت (چىكە سىن گۆشە دەمار Trigominal Nerve) يا (العصب المثلث التوائم). بۆيە ئىم ناۋەشى ھەيە دەمارەكە سىيىشە، بەشىكى بۇچار رۆشتە، دويىشەكى دىكەشى يەكەنكىيان ۈك بەشىكى سىرەكى لىكاكىلى سىرەۋەدا درىزىۋىتەرە، ئىرى ترىان بەكاكىلى خواروۋا. واتە ھىمىر دانەكانى ھىمىر كاكىلە بەھىستە دەماروۋە دەگەيىنىت، و راگەياننە دەمار، بەھىزى پەلە ۈرە دەمارەكانى دىكەۋە دەپتە نار دانەكانەۋە، واتە بۇ نار كۆزكى ھىر دانىك بەجىا، ھىرەھىزى ئىرىشە عاجى دان ھىستىار دەپتە لىگىل ئىرى ھىستە دەمارىشى پىادا ناروات. ھىرەۋە مېناۋ چىمەنتىۋى دان ھىچ جۈرە ھىستىكىيان تىيائە.

زۇرجار تازارى دان بەھىزى كارگرەنە سىر دەمارى دان لىمىر خۇيەۋە دروست دەپتە. و لى سىرەۋادا شوتىكى كىم دەگرىتەرە (ۋاتە تازارەكە چىگەيى - موچى - دەپتە) و ۈرە ۈرە پىتر دەپتە، ھىتاۋى لىدەت ھىمىر دانەكان دەگرىتەرە. و دواتر، لاپەكى دەموچاۋ ھىمىر، ئىنجا لىمىشى.

ئەمانەى خواروۋەش، چەئىد جۇرىكى دىيارىگراۋە ئە دان يەشە:

۱. تازارى ھەستىارەپتە دان (حساسىيە الانسان)

◆ چىنى مېناۋ دان، نايىتە ھىزى تازار، بەلام لى ھىندىك كاتى تايىمتىدا تازار دروست دەكات، بە شىر، ھىناسە بەدەم دان دەپتە ھىزى تازارى دان، بەھىزى وشكېۋىنەۋى دانەكان، ھىرەۋە داۋەدۋى خواردىنى شتى زۇر سارد يا شتى زۇر گىرم.

ھىرەۋە عاجى دان بەكارىگىرى مەدە كىمىيىرى و فىزىيارەكان، تازار دروست دەكات، و دەپتە ھىزى دان يەشە. ھىرەۋە شۈننى بەيەك گەپشتىنى مېناۋ چىمەنتىۋى دان لى ھىمىر شۈنەكانى دىكى دان ھىستىار ترە.

◆ ھىندىك چار دان يەشە، ئە ئەفامى ھىستىارى روى دانەۋە دروست دەپتە بەھىزى سۋانى يا تىنك بۈۋى مېنا، يا چىمەنتىۋى دانەۋە، كە دەپتە ھىزى بەرەنگارىۋىنەۋى عاجى دان بەھىزى جۇراۋجۇر لى زارداد دەپتە ھىزى تازار بۇدانەكە.

◆ ھىندىك چار لى ئەفامى پىركوتىنى فلچى دان، يا نىنۇك بىر ناۋچىمىلى دان دەكوتىت. كە تىزىكە لى لىۋارى پوكى دانەۋە، تازار دروست دەپتە و دەپتە ھىزى

تازار، ھىستىكى ناخۇشە، ئە ئەفامى تاگابۈۋىنەۋى ھىستە دەمارەكان Sensory nerve، يا سۈۋاتىنەۋى ئىم دەمارانە بە ھىرەۋىكارىك لى ھۆكارەكان پەيدا دەپتە، تا بەخىترىي و تىۋىرى بگۈزىتەرە بۇ مېشك و لىرى مېشك بزانىت چىرە؟ و فەرمانى تايىمتى بۇ ۋەلام دانەۋى دەرىكرىت، كە ھىست بە تازارگرەنە، ۋەكو رىگەيەكى پاراستن و پىرەتلىستى لىشى سىۋت تا دەرىكرىتەرە لىمى ھۆكارەكانى كە ترىسناك و زىيان بىخىن پىۋى.

ھىست بە تازارگرەنە، لى ھىزى ۋەلامدانەۋەدا، لى كىستىكەۋە بۇ كىستىكى دى، يەكسان نىە، چۈنكە بەگۈزى ھىزى پلىمى خۇراگرىتى كىسەكە لى گۇزاندەپە، كىۋاتە تازار ۈك ھىستىك ۋايە كە لى بىچىنەۋە بەپىنى تىنى ئىم ھىزى ھەلسۈكوت دەكات، بەرامبىر بىر ھۆكارى تازارەكى دروست كىرەۋە، يا بىئەفامى ھىتاۋە.

كارى بىنچ كىرەش بۇۋىيە كە رىگە لى گەياننە ئىم ھىستەۋى دەمارەكانى ئىم ناۋچەيە دىگەيىن بە مېشك بگىرىت، بىرچۈرە، و لىۋكاتەدا، سىۋت بە ھىچ جۈزىك ھىست بە تازار ناكات بە درىزىي كارىگىرى ئىم مەدە بەغە.

دەرمانى كىم كىرەۋى تازارىش (ھىمىن كار - مىكەن) تازارەكە كىم دەكاتەۋە، لى رىگى كارىگىرى راستىمۇخ لىسەر مېشك تازارى دان، ھىستىكرەنە بىر تازارە، بەشىۋى جۇراۋجۇر نە تىن و ھىزى جۇرى تازارەكە. بەلام رىگى دەمار راگەياننە كە ھىمىشە يەك رىگەيە لى دروستىۋىندا. بەلام بە گۈزىرى



دروستېدونې نازاري جوړاو جوړ، که واده نازاره کمې بڼه به
هواره کمر مېترسېد کانيوه.

۴. نازاري تاجي دان له دهرکه وتندا (ئلام التاج)

نو نازارانه په که له کاتي دهرکوتني داند روده دات، شان
بشاني هموگردي شانه کاني پول که سري تاجي دانه کمې
پېژنيد، و بشيني له زاردا دهرکوتوه، و بشه کمې دیکې
هېستا بر پوکه دانه پوشراره نمېش بېزوي لاندې
هېره کاني دراوه د بېزوي (سهم خړي که داني ژيري پې
دوتريت) له کاکيلې خوا روه د، نم جوړه نازاره زور بهيتزه و
پوکه که ناوساوو د مستياره، که شتيکې بېر دهرکوت،
مخوشه که به گراني دومي دده خريت.

۵. نازاري گيرفاني شه ويلکه، يا گيرفاني کاکيله

(الجيپ الفکی - Sinusitis)

نازاري هموگردي گيرفاني کاکيلې ژورو، هموکه له
د ناکاندا بيت وايه، چونکه خړي و پشه خرنکان زور بېان
دغه کانيان له گمل نم گيرفاناندها هاروين. لېر نمېشه،
خړ جاز نمخوشه که لسوي تيك نمېت و ا نوزانيت نازاره که
د ناکانويه، و زورې نو نمخوشانه دانتيکې کاکيلې
سريو دست تېشان دهرکوت دهلين دېمېشيت و داوي کيشاني
به پزېش دهرکوت، هرچنده نموده پېوهندي به نازاره نيه،
خړه دوزينوې هواره کمر پشکيني وري پيوسته.

۶. نازاري داني نه هاتو:

تېت جار، بهوي مانوي دانتيک له کاکيلداو دونه چوني له
د نچيکي ناسايي خوي نايست، يان جي نايستوه، و
بيته هوي پالېستو بېر دانه کاني دیکې و نيسکې
د کن. و له نېامدا دبيت هواره کمر بېر دروستېدونې نازاري
خړه جوړ و ناديار، که لتيک جار، نمخوشه که واده زانيت، هوي
پوکه کيه، ناک له دانه که، نمېش هله يه.

۷. نازاري دوي دان کيشان:

د ن کيشان کارتيکي بېر نازاره، بهوي بېلې جېگېي
سوجي) يوه نېام دهرت، لوانيه همدېک جار به
دريزيت، بهوي برين و تېکچووني نو شاناندي دهرپوشي
د ن کيشاره که، بهلام همدېک جار لوانيه بهيتز بيت و زور
تېر بخش بيت.

جتيامي تهر هموگردي له شانه کاني هاروسوي دانه
کيشاره کدا رويدات، تهر گمر نمخوشه که پېرېوي رتنياميه کاني

داوي دان کيشاني نه گريدېت به نو له دم وېردان و شق، که
دبيت هواره کمر بېر نمېش خړني ناو بې دانه کيشاره که.
بمېش نيسکې جي دانه کيشاره که، خواردن و لیکي
ناوهمي تېر دبيتو په ناساني همو ده کات و دبيت هوي
دروستېدونې نازاري تېر و بهيتز، که به چنده زورتيک چاک
نايتيوه و ناچار دبيت به چارهرکوتني بېر دوام و سرديانې
پزېشکي دانه کمې. زورې جار لم جوړه نازاره بهيتزاندها
نمخوشه که تېت پارچيداني تېدماوه!!

۸. همدېک هواره کمر دیکې بېر نازاري دان:

همدېک نازاري دیکې هيد که پېوهندي به دانوه نيه واک:

- هواره کمر دوي، وهر ترساني نه خوش له
چارهرکوتني دان، يان ترسان له خودي پزېشکي
دان، که لېرکاتاندها هست په نازاريکي زورتر
ده کات. تهر گمر نازاره که زور کمېش بيت.

- لوانيه نازاره که بهوي گمشي شانه يې
بيت (ورم) له زاردا، له سره تادا نازاري دهرناکوت
تا زور گمشه نه کات.

- بهوي توشېوني نمخوشېک يا هموگردي له
شوتنيکي دیکې لېشدا، ناک له داند.

- يا هموگردي نمانده کاني دیکې دم،
(دراوسیکاني دان) واک زمان، پول، يان زورتيک ليک
(Salivary gland).

- همدېک جار بهوي جوتېوني دانه کان، يا
بهوي خوارېوني (لارېون، بهلاداکوت) ي دانتيک
يان چنده دانتيک، له نېامې کيشاني دانتيک يا چنده
دانتيکوه که دروست نه کرتوه پيداده بيت، نم تیک
چوونسي جوتېوناندي دان، دبيت هوي نازاره
قرتقري.

- چنده ها نمخوشې پول و دان که دېنه هوي
نازاري دانه کان.

چارهرکوتني:

چارهرکوتني نازاري دان جوړاو جوړه، بېرې جېگېي
سرهداندي نازاره کمر بېرې هواره کانه ده گوتريت.

بشپړېدېکي گشتي، بېر همو چارهرکوتني دان پشه و
نازاره کاني، پيوسته بېر هواره نازاره که بېر، بېلزيو
لايېدين، و له رنگاي به کاره تاني دهرمان و مېرهم
دهرمان له زارو دانه نازاره که نه يکېن. يا به لېردي دهرمار،
يا دانه که، واته همدېکيشاني تهر پيوست بو.

سرچاره:

Okeson, Teffrey.P: "Oro facial Pain"

كەمپىلۇبەكتىرىيوسى

Campylobacteriosis نەخۇشى ئاژەل ۋە مەۋقە

نوسىنى: دكتور جلال محمد شريف

راگىرى كۈلۈشى قىتئەنەرى

بەھۇرى ئىنفلۇئەنزى بائىدە (Avian influenza)، ۋە ئامېرىكا بەھۇرى قايرۇسى سىر يىتىسى ماسى. ۋولانتى ئىتمىش ۋەك ۋولانتىكى كىشتوكالى ۋە ۋەلەمەند بە ئاژەل دارى، بەلام دواكىوتو ۋە ئاستى پىزىشىكى ۋە تەندروستى، ھەروھە لەشىۋە خانوۋىرە ۋە گۈزەرانى خىزان ۋە كۆمەلگە لادى ۋە شارۋچىكەكان، لەگەل نەبۇنى رىگارىبانى ھاۋچىرخ ۋە نەبۇنى دەستەلاتى تەراۋ بىسەر ھىتان ۋە بىردى ئاژەل ۋە بەرۋەمەكانى ۋە بەرۋەلەي سىنۋەكان ۋە نەبۇنى قىساجانە بازارى گۆشت ۋە خوارەمەنى ۋە چىشتەخانە گۇنبار لەگەل سەردەمى نۆۋى ئاستى مەۋقە سالى ۲۰۰۰.

لەبىر ئەم ھەيەنە پىتۈستە دەزگا بەرۋەسىيەكانى كوردستان زىاتر لەۋلاتانى تر گىرنگى بەپارزىگارى ئىنگو چاۋدىرى كوردى دەردە مەۋقەلەيەكان بەدەن ۋە پىتۈستە بۇدجەي تايىتى بۇ تەرخان بىرگىت ۋە دەزگە تايەتمەندى پىپۇر ۋە لىۋى بۇ دەست نىشان بىرگىت. يەكەك لەۋ دەردە مەۋقەلەيەكانە كەبەسى دەكەين (كەمپىلۇبەكتىرىيوسى) (Campylobacteriosis) كەبىرىيە لەكۆمەلەك نەخۇشى ئاژەل ۋە مەۋقە، ھەرچەندە جۈرەكانى بەكتىرىيە (Campylobacter) زۆرۈ ۋە زۆرەشيان خانەخۇي تايىتى خۇيانىان ھەيە بەلام ئەمە ئەۋە ناگەتەنە كەتۋانەي گۈاستەنەۋ نەخۇش خىستى زىاتر لەجۈرەكانە نەيت، ۋە تەمەنە

دەردە مەۋقەلەيەكان (Anthropozoonosis) بىسە نەخۇشىيەنە دەرتەن كەبىرۋ لىرنگە ئاژەلەۋە تۈرشىيان دەيت، جا ئىتر بەھۇرى خوارەن ۋە خوارەنەۋى بەرۋەۋى ئاژەلەۋە يىت ۋەك گۆشت ۋە شىر. ھەد يان بەھۇرى پەيۋەندى ۋە دەست لىتەن ۋە كاركەن يىت لەۋ جىگەيانە ئەۋ جۈرە بابەتەنە تۈتۈۋ دەكەن تىيەندە، يان بەھۇرى بەكارەيتەنە خورى ۋە مەۋ پىستە. ھەد ھەروھە بەھۇرى ئىنگە پىس بۈۋ لەنەجەمى زۆر نەزىك بۈنەۋى ئاژەل كەبىرۋ يان تىۋەچۈنى سەرجاۋە ئاۋەكان ۋە زەۋى لەگەل پاشىۋى ئاژەل يان بەھۇرى لاشى مەردارەۋەۋى ئەۋ ئاژەلە نەخۇشەنە كە لەچۆل چىكان بەجە دەمەنەن بەجە داپۇشەن ۋە لەۋبەردەن.

سەردەمەكە لەنەستى جىيەنە دا گىرنگى زۆر دراۋە بەپارزىگارى ئىنگە، ھەروھە دەردە مەۋقەلەيەكانەش زۆر باس دەكەرت، لەبىرەنەۋى ئەك تەمەنە ژمارەيەكى زۆر نەخۇشى سەلەتەنەن كە بەھۇرى ئاژەلەۋە ۋەۋچارى مەۋقە دەپن بەلەك ھىشتە نەخۇشى تىرىش لەم دەردە مەۋقەلەيەكانە مەۋقە كەبىرۋىستىيان بەسەلەندە ھەۋ لەم يەك دەۋ سالى دەۋا دا (۳) سە نەخۇشى گىرنگە گەلەك ۋەلەتە ھەۋەند ۋەك بەرۋەتەنە بەھۇرى شىتە مانگا يان مەشەك پۈرتى مانگا (Bovine Spongiform Encephalopathy) ھۈنگ كۆنگ

به گشتی ناژول به چاوگی کمیپایلو به کتریای مرؤف داده نریت لهه مرؤف جۆزیک بیت، واته لمرنگای خوراکي تیره چو و بیت وک گۆشتی ناژول و مریشک یان بههوی سرچاره کانی ناروه بیت پاش پیس یونیان به پاشهوی ناژول و بالنده.

ناژولتی ناو مالیش له گمل جرج و مشک دوباره ده بنهوه هوی بلایوننهوی C.coli و توش بوونی مرؤف و ناژول.

بههوی بوونی لهم به کتریایه لمرغۆلای بالندهو گاو مانگا و مبرو بهرازو سهگو و پشیلو مرؤفی توش بوو بۆ ماویه کی درت، چاوگی کمیپایلو به کتریای زۆر فراوانه لمرنگه داو همیشو بۆد چان خوراک ناویس ده کات.

بالنده نازاده کانو مییش به شیکن لههواره کانی گواسه تهنهوی کمیپایلو به کتریای بۆ خواره ده منی و ژینگه. مریشک و پهلهوه به چاوگی سهوه کی داده نریت بۆ بلایوننهوی نهخۆشی کمیپایلو به کتریوسس لمر بهزی پلی لمرمی لهشیان، که گونجاوتره بۆ گمشه کردنی لهم به کتریایه.

جیتری ولبوزن

(Jerry L. welbourn)⁽²⁾ لمرپۆرتیکدا ده لیت له ۶۰٪ مانگا لمرنگای پیسایهوه کمیپایلو به کتریای ده ده ده ندهوی به تایبستی لهه ویندا. ههروه ده لیت گۆشتی گا تیره ده چیت به لام له گۆشتی مریشک کهتر، شیریش زیاتر له گۆشتی گا پیس ده کات هه چنده کمیپایلو به کتریای بههوی ده ست لیدانی مرؤف یان ناژولتی هه لگروه ده گۆرتنهوه بۆ مرؤف و ناژولتی ساخ، به لام زیاتر هۆکانی بلایوننهوه که به کارهینانی ناوی پیس و بۆ (کلور)، ههروه ها شیریه نه کویتراو و

جۆزیک کمیپایلو به کتریای ده توانیت چهند جۆزیک خهخۆی توش بکات، به تایبستی که لهم به کتریایه بههوی خواره ده منی و ناوی پیسایهوه بلایوننهوه، واته فرستیکتی زۆری بۆ گونجاوه که به ناسانی بلایوننهوه سهوه لمرای توش بوونی ژمارهوه جۆزیکتی زۆر له ناژول وک مبرو مانگا و سهگو و پشیلو بهرازو کهوتشک و مریشک و گه لیک ناژولتی ترو ژمارهوه کی زۆر مرؤف، که نهمانه همویان ده بن بههوی فراوانی ده رفستی بلایوننهوه درتیه دان بهوونی کمیپایلو به کتریای.

نهر نهخۆشیانی جۆره کانی لهم به کتریایه له ناو ناژول دا بلایان ده کهنهوه زۆر، بۆ نمونه له بارچوون یان هر فیدانی مبر بههوی C.fetus sabs fetus یان

C.jejuni، نهخۆشی

کوئهندامی زاوژی

مانگا و نهزۆکی و

هر فیدان بههوی

C.fetus sabs

venerealis، سک

چوینو سوتاندنهوی

هخۆنه کان له سهگو

پشیلدا بههوی

C.jejuni،

کمیپایلو به کتریای

له بهرازو سهگو دا

ده بیته هوی

نهر بوونی دیواری

هخۆنه سک چوونی

هخۆنه، ههروه ها

ده بیته هوی سک

چوونی گۆره کهو

مهر مانگا و گه لیک ناژولتی دیکه.

C.mucosalis و C.hyointestinalis له شیریه هوی

هخۆنه بهرازو دا دۆزروه توه، ههروه ها له نهخۆشی

Typhilitis ی به چکه کهوتشک دا جۆزیک به کتریای

هیک به کمیپایلو به کتریای دۆزروه توه.

له مریشک دا، C.fetus subsjejuni ده بیته هوی

به تایبستی کهوتنهوه کسوتاندنهوی (جگه).

C.fetus لمرؤف ده بیته هوی دو مهلو و برینی لهش

ههروه ها ده بیته هوی مهال له بارچوون و سک چوون و

هرینی گده.





دهست ویلی کرتکاره کان، ۲۰٪ نامیری دهرهتسانی ناوسک، و ۱۰٪ قاپو چاقاخی گواستنهوی ناوسک. لمتوژینهویه کی تردا^(۸)، هیر لشاری بهغداده رکوت که کمپایلیویه کتیا بههوی توکللی هیلکویه لمریشکی هه لگروه ده گرتوژینهویه بۆ ناومالو بۆ خواردنی منال.

کلار دروس^(۹) (Clare Druce) دهتیت بههوی کیمپایلیویه کتیا له کیلگی په لهره دا زور دهیتو بلاوده ییتسه بۆ مرؤف، بهتایبته کیلگه چسپو ناخراوه کان کفره یه کی زور مریشک له یهک جینگادا بهختوده کرتن.

لشاری سلیمانی و بۆیه کمین جار لمتوژینهویه کی کورت خایه ندا، هاویش لمتیمکدا لزانکوی سلیمانی توانیمان بوونی کیمپایلیویه کتیا له کۆمه لیک منالی نه خوش دا کسکیان ده چوو به سلیمانی، ههره ها گه لیک تاقیکردنهوه لهره نم به کتیا به کرا بۆ دهست نیشان کردنی جۆره کان و هه لباردنی نو ده رمانانسی که چاره سهری پی ده کرتن، به درژی شه بامی نم توژینهویه له یه کمین کۆنگره ی زانستی زانکوی دهۆک (۱۹۹۹/۴/۲۸، ۲۷) له کۆقاری زانکوی دهۆک دا بلاوده کرتیهوه^(۱۰).

کیمپایلیویه کتیا له ۴ (چوار پلهی سه دی) بۆ چوار مانگ زیاتر له ناودا دهژی، بۆیه له زستان دا سست نهیتو نامریت به لām له بههارو هاریندا که پلهی گرما بهرزبو زیاتر چالاک دهیت.

مرؤفی تووش بوو درای چاک بونهوش بۆ ماوهی (۹۰) نهوت رۆژ نم به کتیا به ده ده داته ده رۆی لهرنگای پیساییهوه، هیر بهم هۆیه نه نداده کانی ههمان خیزانی نه خوش، یهک له دوا یهک تووش ده بن گهر زور ناگاداری پالو خاوتنی خویانو مال نه کن. C.coli و C.jejuni بهتایبته دهیت هوی جۆرنک لهره چوون که له حالتی کۆلیرا یان سالمونیلایان شگیلا نه چیت.

گۆشتو مریشکی پی نه گه یو واته باش نه کۆلیرا و ییت.

لمتوژینهویه که دا^(۳) ده رکوت ۵۰ - ۱۰۰٪ مریشک و قهلو مانگا C.jejuni له گه ل پیسایدا ده ده ده بن، مرؤف بههوی خواردن و نار و دهست لیدانی ناوه لو کاری سیکسی ناسروشتی تووش دهیت، سالانه نزیکه ۲ ملیۆن کس له وولاته یه کگرتوه کانی لهریکا تووشی سوتاندنهوی کۆنه دای ههره و سک چوون ده بن بههوی C.jejuni.

جیری ویلبورن (Jerry L. welbourn) لهراپۆرتیه کی سهره ویدا به ناویشانی (کیمپایلیویه کتیا ههره یی دهنگ ناییت) دهتیت سهرۆک کلنتۆن داوای له Food Safety and Inspection Service (FSIS) کردوه که ده زگای چاودیری خواره مهنی به، پتیهسته پتیه رتک دابهرتیت بۆ کیمپایلیویه کتیا ههره ها چاوه ران ده کرت که کیمپایلیویه کتیا بهرتیه پرۆگرامی سهرتاسهری و ژتر چاودیری فهرمانه فیدرالتیکانی ره چاری مفرستیکان نه کن Hazard Analysis and critical control point (HACCP)

نو رێژانهی له وولاته جابجیاکانی جیهان دا دۆزاره نهوه به پیی راپۆرتیه کۆنه کان بهم جۆره بووه: ۶ و ۴٪ لهریکا، ۷ و ۱٪ بهریتانیا، ۸٪ سو مال، ۸ و ۷٪ سکوتلاند، ۷ و ۱٪ سوید، ۸ و ۱۴٪ ههندستان، ۶ و ۱۲٪ بهنگه لادش، ۹٪ نیسپانیا. له عیراق ههره نه ده توژینهویه زوری لهره نه کراوه به لām لهراپۆرتیه کی لشاری بهغداده باسی رتیه ۶ - ۱۰٪ نه کات. ههندیک راپۆرت باسی زۆربوونی رتیه کیمپایلیویه کتیا ده کن تهنانهت لهرتیه سالمونیلایا (Salmonella) و شگیلا (shigella) زۆرتیهش، له وانه یه هوی نم زۆربوونهش نه دهیت که جارن له تاقیکارگاندا شیهوی دۆزینهوه گه شهیت کردنی به چاکی نه زانراییت، ههره یه سهری کار مه ندانی سواری تهنه دروستی رانه کیشاوه گرنگی نهوتی پی نه درایت^(۴,۵,۶).

لمتوژینهویه کی زانستی دا که لزانکوی بهغداده و له قه ساجانه یه کی شاری بهغداده شه بام درابوو^(۷)، کیمپایلیویه کتیا بهم رێژانهی خواره ده رکوت ۳ و ۳٪ مریشکی زینهوو، ۶ و ۷٪ گۆشتی مریشک، ۲۰٪

سرچاوه‌کان:

- 1- The Merck Veterinary Manual
Sixth Edition (1986)
- 2- Jerry L. welbourn, ph.D.Silliker
Laboratories
Campylobacter; No longer the "quiet"
pathogen.
Microsoft Internet Explorer, 04/11/1998
- 3- Prescott, Harley, Klein
Microbiology, second Edition, England,
(1993).
- 4-Makkia, M; Al shami et al.
Oral dehydration center for management of
acute in fantile diarrhea. Iraqi - Med .J. 37
(2): 7-16 (1988).
- 5- Saleh, D.S.
Study on enteric Campylobacter isolated
from diarrheal cases in children.
College of science of Baghdad. Ph.D.
Thesis. (1993).
- 6- Ali, A.A.
Study on Campylobacter isolated from
diarrheal Cases in children.
College of science, university of Baghdad,
M.sc. Thesis (1996).
- 7- Abbas, M. Al-Azawi
The public health importance of Isolated
Campylobacter jejuni from broilers, their
carcasses Of AL-Hali's poultry
processing plants (1998).
- 8-Ahbos, M. Al-Azawi
The public health importance of
Campylobacter jejuni penetration chilled
table eggs: shell. (1998).
- 9-Clare Druce
chicken and Eggs: who pays the price?
Media - Microsoft Internet Explorer,
04/11/1998
- 10- Isolation and Identification of
Campylobacter from diarreal cases in
children of sulaimany region, and the
sensitvity tests of the discorered isolates.
S.M.Abdul amir, J.M.Shareef, M.N.Kosraw,
J.A.Rashid (1999).

پيشانه‌کاني بریتين لسلک چوونیکي وهک ناويان وهک
تيمان که خانهي کيماي و لينجه پيره‌ي ريغزله‌ي
نه‌گمل دايه هيره‌ها ژانسلر سريشور تاو دل
بييه‌کدا هاتن رشانوره همدتيک جار سک چووني
خونناوي، منالاني ژير تعميني (۱۰) ده سال همدتيک
جار نازاري ماسولککو جومگه يان هديه يان نازاري
سزيمنده. نه‌خوشيه‌که ۱ - ۱۰ رزي دوتت تا
دريکورت، لهو ماره‌يدا روپوشي ريغزله باريکه
دگرده‌کات و ژه‌هيتريک بلاوده‌کاتوره که له‌زه‌هري
هکترباي کوليرا ده‌چيت و ده‌يته هزي سوتانده‌وي
ريغزله‌کان و برينداريونيان، له‌دوايشدا سک چوني
هريئاري بزو چاره‌سهرکردني نه‌خوشسي پيرسته
بيوهندي به‌پزشکي پسپوره بکرتت، شله‌ي زري
سرتت و له‌نه‌خوشخانه ناوي بزو هلبواسرتت، له‌گمل
يئني درماني نعتيبايوتک، وهک نيرپرومايسين به‌لام
جگره نه‌حسي حساسيتي بزو بکرتت و درماني
توجباوي بزو دابسرتت له‌برنوره‌ي توژننوره‌کان
سمانديان که نير درمانانه به‌زري له‌خسته‌خانه‌کاني
خيراو دا بزو سک چوون به‌کارسه‌هيترين وهک (فلا
جيزو ترامپوپريم) سودي بزو نهم جووره سک چوونه
هيه.

له‌کوتايده به‌پيرستي نهمان چمند پيشنيازتک بغمه
هريست به‌پيرزان کارمندانني نهم بواره گرنگه که‌بواي
به‌زگاري مرزقه به‌هيواي چاوديري و گرنگي پيدان.
۱- گرنگي دان به‌پالو خاوتني قسابخانه‌ي نازله‌و
مريشکو بازاري گوشت و نيروبومي نازله‌و.
۲- کردنه‌وي خولي تاييبت بزو کارمندانني تاقه‌گه‌کان
به‌بازايه‌وه.

۳- دابينکردني کسره‌ي دوزينه‌وي نهم به‌کتربايه بزو
تجگاگان به‌هزي رتکخراوه‌کان و برياري ۹۸۶.
۴- گهراندن به‌دواي نهم به‌کتربايه‌دا به‌هزي پيره‌پيداني
محسوي زه‌وعو حساسيه هيره‌ها. هه‌لبزاردني
درماني توجباو.

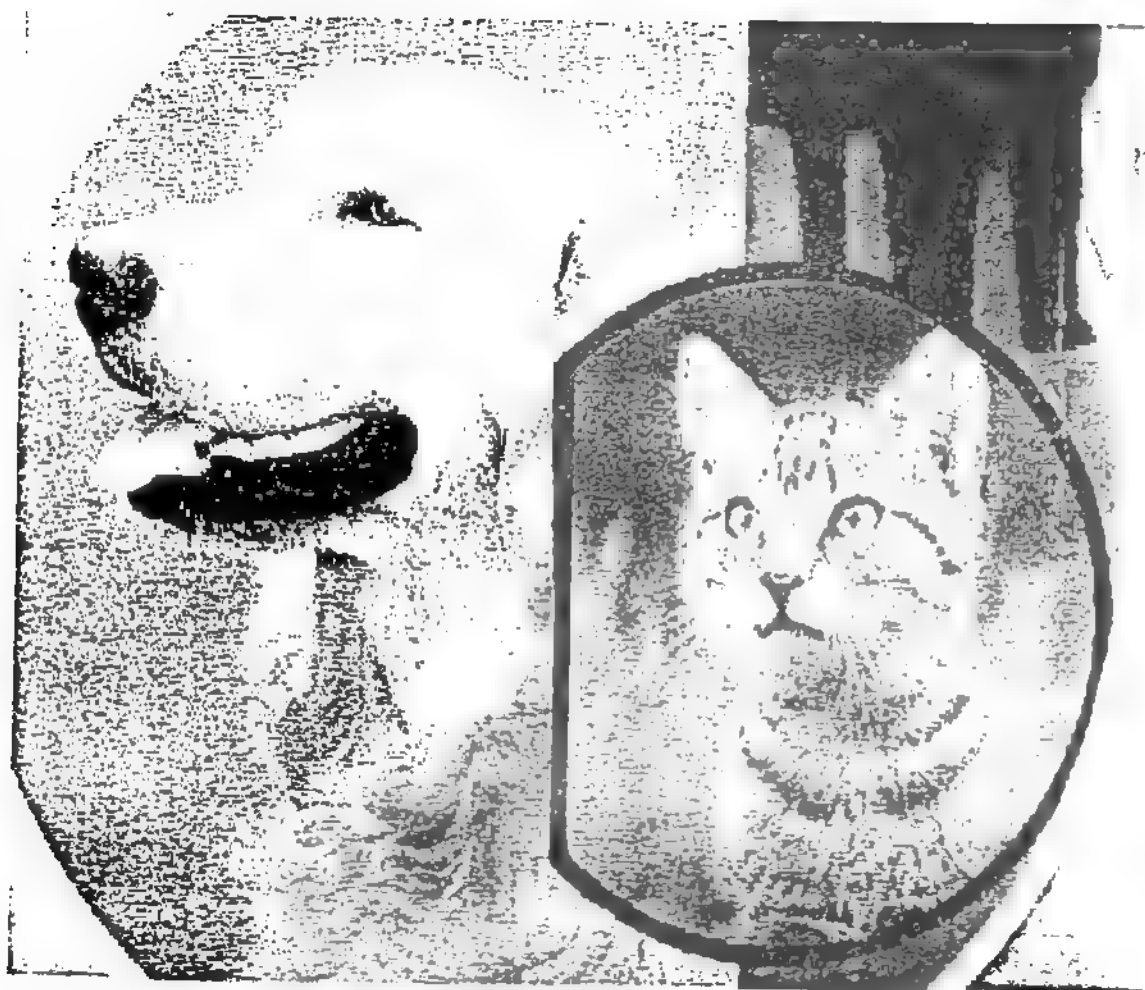
۵- داناني ناوي نهم نه‌خوشيه له‌ناو ليستي نه‌خوشيه
ژينگه‌کان که پيرسته قه‌لاچوبکرتت.

۱. به‌لاي نوسره‌وه (ميشک پووني مانگا) گوجاوتره له (شيتي مانگا)
چوونيه‌ي ميشکي مانگاي نه‌خوش نيسفه‌بي نعتيت وهک له‌تاره
سيري وهفه‌کدا دهرنه‌کسرتت، له‌ولايي خوشان که (سور)
به‌پشت‌کني نهمو نيسفه‌بي نعتيت پيني نه‌لتن (پورت) هيره‌ها
کنه‌پورت) يش به‌کارديت بزو مرزقي بن‌ميشکو هقل سورک.

كرمى تورەكەن ئاۋى

(ئەكىنۆكۆكاس) Echinococcus

و: ق.م.۱



دیتا، و هریه که بیان ورده ورده له ریغزلی سه که کدا دیتا
کرمینکی هراش. و دست ده گنوه به دانانی هیلکر
سولونوی هیلکه کان لریگای پیسای سه که کوره دینه
دایره.

نیمه که جگه له مرۆف، تووشی مەرو بزن و گە و گامیش و مەیون و بەرازیش دەیت، نەوای زانستی کرمە که *Echinococcus granulosus* ه سەری ژوانی بەدوور خەوێ. دا تێپەردەیت بەکەمیان که دواخانەخوێرە بە *Perminant* برتیه له سەگ، گورگ، چەقەل، رۆی. هەیان که ناواندەخانە خوێرە *Intermediate host* برتیه نه مرۆف، مەیون و مەرومات. ئەم کرمە زۆر زوێرە. تێکەکی لەنێوان ۵-۶ مەم دا دەیت و بە هەواشی یەگیشتوێ، له زوختانی سەگ و نازەلەکانی وەک خوێ دا تێکەکی نەشی کرمە که له سەر *Scolex* و چەند پارچەیه کی خەری نەکەتوێ.

سرجه مژگینکی پتوید، گرهه که ژماره یه کی زو هیلکه
 دیت و نه گول پیمایی سه گه کدا، نو هیلکانه دیته دهرود،
 هیلکه کن دچنه لشی مژغود یا مپوما لاتود لپرتگی
 سرجه نو پیمود، هر هیلکه یه ک له مژغودی مژغه کدا یا
 سرجه کدا، کرمزه یه کی بچو کی لن دیته دهرود، کاتیک شم
 مژگنه ناپوشی مژغله دهرن، بهوی خوتن و لیمفود
 سرجه جگر و دل و سیه کان و گورچیلو ماسولکه و
 محب جارش دچنه ناو میشک و چارود.

[illegible]

مرؤف یا لرننگای خواردنی سمره و خواردنوی ناری پیسره
توشی دهیئت که سگ دهمی تیردراده، یا پیسای
تن کردوره، یا بهوی دست دان له سگ خویه توش دهیئت،
چونکه سگ، زریبی جار به لموزی کومی دهخونیئت و
هیلکه کان له کومیوه، دهنسین بدهم و لموزیه، نهگر لیکی
بردهستی مرؤف یا خوراک یا قاپ و قاچاغی مرؤفه که کوت،
یا مرؤف یاری پن کرد و دهستی پیاداهینا، راستوخو
هیلکه کان دهچنه سردستی و لموزیه بزاردهمی و گدو
رغزلی و سوره که له مرؤفه کدا دوباره دهکنوه.

مردم مالات به‌خوبی خواندنی نم‌گزوگیا سموزانوه توشی
دوبن که سگ، پیماپی تیا کرده، یا بخوی تیا پال خستوه، یا
لیکی بستمردا کردوین.

بەرزۆرى ئىم تۆرەكانە لە جەگەدا دروست دەبن، هەندىك جارێش لە سێهەكان و دۆ و چاو، مێشك و ماسولەكەكاندا و لەژێر پێستدا دروست دەبن، وەك باسكرا، لەپێشدا بچوكن و لەپاشتا گۆردەبن.

هیچ نشانه‌ی گی دیار نیه بز نم توره‌کانه، به‌لام مروف
لشرونه توره‌کانه هست به کمینک قورسایه ده‌کات،
نه‌گمر له سیه‌کانه‌بو، هست ده‌کات، همناسی کمینک گران
بو، و لوزر پیتندا خوی هستی پن ده‌کات، که لوزر بو ناو
کۆز بو.

پزشکان در کارمندان دروستی دهوانن دست نیشانی نور
 ناوچانه بکنن که نم تورده کانی تیادا دروست بره.
 کیشی گوری نم تورده کانه لهودایه که زور گورده بن، و
 لهوایی دا دهتغفور و لهپاشدا نور تورده که رده انمی تیایاندايه
 بههمرو ناوچه کانی لهشدا بلژودهتغفور تورده کمی دیکمی تیادا
 دروست دهکن، نور کاته چاره سر زور گران دهیت.

بستونیریت. هردها پتوسته نر کسانای سگ راده‌گرن زو
زو فحصى سگه‌کانیان لای پزشکی تاییت به نازل بکن.

چاره‌سەر:

تا ئیتا باشرین چاره‌سەر، هر به نشتەرگری نه‌جام دراوه،
نم نشتەرگری، کاتیک ده‌گرت که هست بکرت، کره‌که
له لشی مرژه‌که‌دا، توره‌گی نای دروست کردوه، لهرنگای
نشتەرگری‌بوو به‌یواشی نوتوره‌کانه لادهرین و مرژه‌که
چاک ده‌یتوه.

ئیتا، هندیك حپ و دهرمانی تاییتیش به‌کارده‌هینریت.
که له تاقیکردنوه نۆیه‌کاندا، سودیان دهرکوتوه، و ده‌نه
هزی کوشتن و لهرایردنی نم گرمانه و نهمانی توره‌که‌کان.

به‌لام له هه‌موو باریکدا، پزشکی خوی تمین بریار بدات کام
چاره‌سەر هه‌لده‌بژیریت.

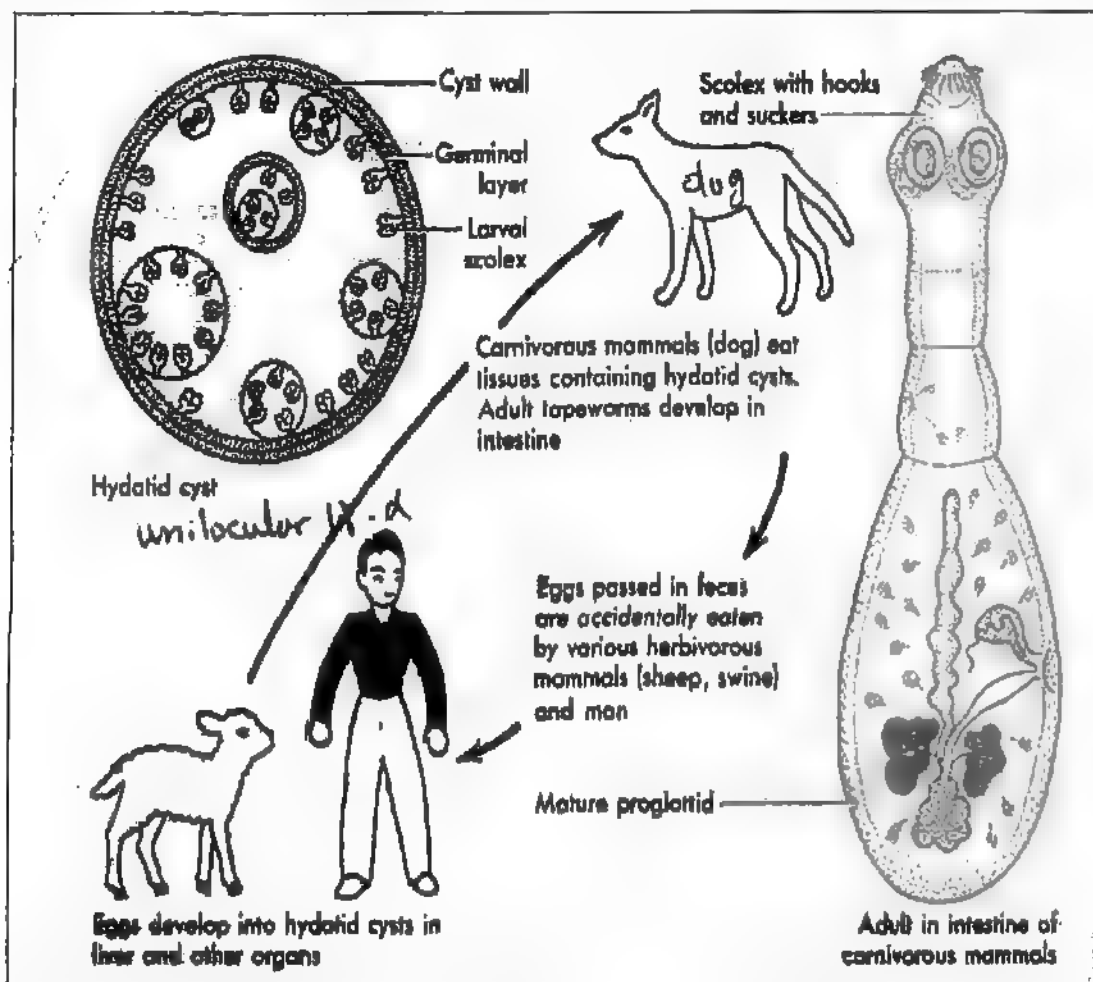
برونی توره‌که‌که له‌چار، یا له هندیك ناوچمی ده‌ماخ دا،
ده‌یتته هزی کویری، یا کهری، یا تیغلیجی -

خویاراستن:

باشرین رنگه یز خویاراستن بریتیه لهری سگ بازی نه‌گرت،
و له‌م باره‌موه ناموزگاری منالان بکرت، چونکه سگ
هه‌لگری سهرکی نم گرمانه‌یه، هردها سه‌وزه و میوه
به‌شیره‌کی باش بشوژیتوه، ده هه‌رکاتیک مرژا هستی کرد
پاک نیه، نه‌یاخوات.

پتوسته قساجانه‌کان به‌شیره‌یک بن که سگ و گورگر
چمقل، نهمانن نهم پارچه گۆشانه بنۆن که تیایاندا
ده‌مینیتوه بۆنهری نه‌گهر نهم توره‌کانه‌یان تیندا‌بوو، سهرله‌نوی
سه‌گه‌کان تووش نهن.

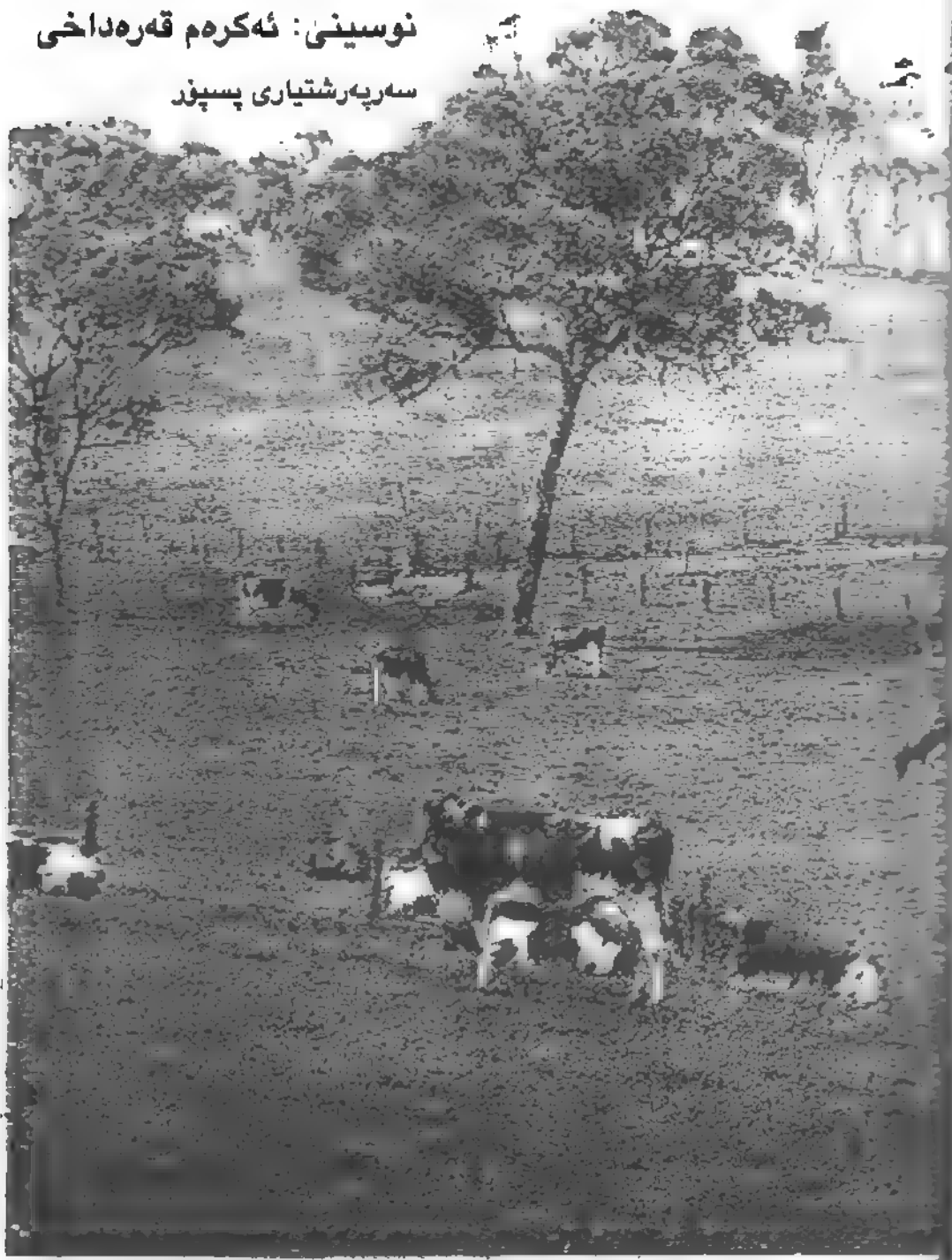
پتوسته نهم پارچه گۆشانه‌ی لهر شوته‌انه ده‌مینتوه، زو زو



رۆلى چەورى لە لەشى مەوقدا

نوسىنى: ئەكرەم قەرەداخى

سەرپەرشتىارى پىسپۇر





پنځوسنه وژانه نړيکي ۴۰ گم چموري موز. ناماره کان دهریان خستو، تا باری نابوری خدک بعزیتو چموري زیاتر به کاردهیښم بپیچوانمشو تا باری نابوریان نزم بیتو کارپوهیدریت زور به کاردهیښم. بزغونه له ولاته یه ککرتوره کانی شمیرکا و کمندا دا ریښی به کارهیتانی چموري له وژنکدا دهگانه ۲۵٪ - ۴۵٪ ی شو وزیښی وری دهگرن، بهلام له ولاته همواره کاندو شو ریښی لهتوان ۶٪ - ۱۰٪ تیپو ناکات، هرچونیک ی، نمین وژانه موز ۲۰٪ - ۲۵٪ ی شو وزیښی پیوستیتمی له چموریدو دستی بکوت.

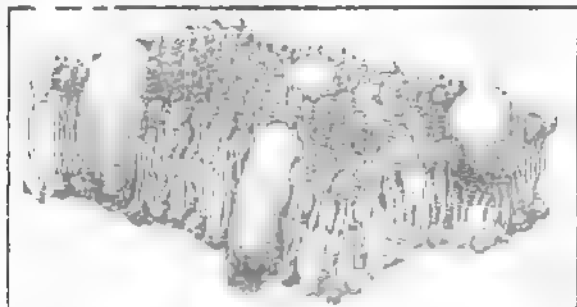
لمباری کیمیايشو، چموري همروک کارپوهیدریت له کارپون و هایدروجن و توكسجين پیکهاتو، شو چمورسې له پلسی گرمی ژردا بتوتو یا بتراوی پی پیستو پزی دالتین رونی شل Oil، نوی تر که نغوایه پزی دالتین رونی یا چموري. همرو چموریک بهگشتی لمیه که پیک پیکهاتو پزی دالتین ترای گلیسرول - که له گلیسرول و ۳ ترشی چموري پیکهاتو بزغونه چموري شل له ۱۲۵۰۰۰ ترای گلیسرول پیکهاتو.

سهرچاوه گیانه ویری کانی چموري

شیری چموري پپی چموري گیانه ویری که دهگوریت، بزغونه چموري لمشی گیانه ویری خورن ساره کان Cold - blooded animals وک ماسی چموريان نیمچه شلو له پله نزمه کاندو وک خوی دهستیتو بزغوی ماسی که بوی. چموري لمشی گیانه ویری خورن گرمه کان Warm - blooded animals پلوی توانموه یان بهوزلره، بهلام بهشینویدکی گشتو. چموري لمشی گیانه ویری کان رهتو وک له چموري لمشی گوشت خوردهان شانیک شانیک لشمی گیانه ویری گرم دهگرت. چموريه دیوان شل دهیتو و له بهستو شانیکانی جیسا دهستو، نوه نا رونی مری، تولدو که جیای دهگنوه پزی

یه کیک له خوراکه همرو وزه پنخه کان چموري، نمیه نوه، بهسره چاوه یه کی باش داهرت لم باره یوه. وزه که - زوم باری شو وزیښه که کارپوهیدریت دهپهخشیت، به مری پای شم کارهشی یارمندی کارکردنی شو قیامینه دهگانه که له چموریدا دهوتو، وک (E . D . A). چموري، لبرو یوه درنگر همرو دهیت، بزیه ماریه کی زوری دهوت تا موز که هست به بریستی بکات، جگه لموش بوزی چموري له خوراکدا تام بون و پوامیکی خوشی دهاتن، به شیم پیک که موز حمل له خوراندی دهگات.

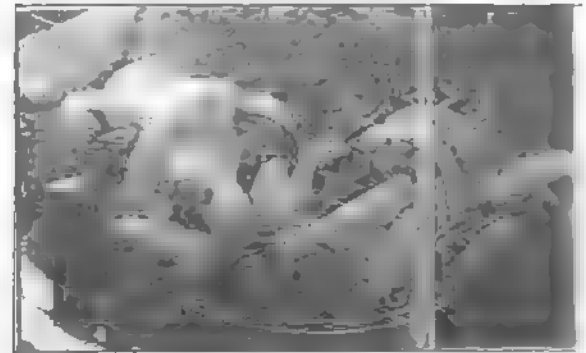
کمی چموري له خوراکدا دهیتو هوی کیش کمس و لاواری و خابورنوهی لمش و خوراندنی پست لمشوی نهگرتادا. هیلکه له ۱۲٪ ی چموري تیدایه، بهلام لاری سپر و نان و شری سرتوژ وریکاو، پپی سپی، گوشتی باله، لاری، و گوشتی گورکه و کورنیک و همدیک له هیلکه دهیتو که (لولپچ) و ماسی سپی، چموران زورکیمه. له بریتانیا، خدکی وژانه ۱۲۰ گم چموري دهخون نموش نیوی شو وزیښیان پنه دهپهخشیت که له همرو - خدکی پانی تریان دهستان دهگوت، شو ولاتانی که موز - چموري له خوراکدای زورم بتایستی ولاته پیشمسازیه کان (کیمه که ژاپون) دهپین ریښی مردن به نهخوشیه کانی دل تیراندو. واته به پیریښی که زور همیه لهتوان خوراندنی چموري و نهخوشیه کانی دلدا. بپیچوانمشو شو ولاتانی گرمی چموري دهخون. نهخوشیه کانی دلان کمتو، بزیه زور خوراندنی گرم، کمره، مارگرن (چموري روکی Margarine) و دویگ و بزوی گوشت، شلی زوری گوشت، شیری زوری، به کارپکی زور خراب نزاری، موز لهتوانیت پری شم جزو، زورکانه گم بکاتو بهتایستی دوی (۴۰) ساتی. بهلام زور کیم کردنوشیان زانیکی زوری همیه، چونکه شو قیامینه شو له چموریدا دهوتو، وک (A.D) ناتوان کاری خوراک، له لودا بکن نهگرت بریکی باش چموري تیا دهپن. نموکسانمش که همدیک نهخوشی جگریان همیه یسا، خرو له زروایانده همیه یا نهخوشی دیکسی کونمداسی همریان هپه



44

د ټين ژوني هيزه Mutton tullo، ژوني بالنده سام ناوړنديه
خمينون گوشتو ژوني ماسي دا.

پټ چموريش له لمشي گيانوړاندا جياوازه، بوزغونه مانگا -
توريه، وگوشي بهراز، بږي چموري تياياندا ورك يه كه و
ريكمي ١٥% دهيت ته گړچي گوشي بهراز كميتك چمورتو،
ه دتي كولاندن يا برژاندن بړنكي زړ چموري له گوشته كړو
ح د ميتوبو كم ده كات، جگړي ماسي ژونكي باشي تيا
تو ميتوبو، زړ جارش بهر چاوپه كي باشي فيتامين D.A
د هريت.



هنگه Egg:-

هنگه په كينكه له هره خوراكه باشه كان له بهرې زړي
يټي. و بږي تلووي ترشه نميني بهرته كان essential
amino تيايدا هروها بږي چموري تيدا به سهرې
مريده كي زړ فيتامين و كانزاكان.

كه فيتامين كه تيايدا نه فيتامين (C).

يټي پتوانه يي هيلكه يه كي ناساي (٦٠ گم) ١/٣ ي
ريته نه زردينه Yolk، كه خوراكيكي چركراوه به كه لكه
٣٠% ي چموري به (وړك ليسپين Lecithin) و كوليسټرول
Cholesterol ١٦% ي پروټين و لوي ديكشي برتبه له
سن و فيتامين E, D, A, B، و زړ كانزاي ديكه لمنوي
يټري كيشه كي سپينه كپه تي، كه ٨٨% ي ناوه و ٩% ي
برتبه، لوي ديكې چموري و كانزاكان و فيتامين B په
د فيتامين (E, D, A, B) زړ كمه، نه گړ هيلكه له گمل
نيتامين C خورا، لوي بشي هره زړي لوي ناسني ناري له
موتو د هورت (بوزغونه نه گړ له گمل شمريتي ميوه
هره).

حري نه كيشه كي دهيتتوبه برتبه له توكله ره كه كي، و
بږه، تنكه كي، توكله كي كاليسومي زړ تيدا به، به لام
حوي به سرچاوپه كي باشي كاليسوم دانانريت. جكه له بږي

فيتامين (D, A) پينكهاتوبه كانې ديكې نار هيلكه به
چمپاوي دهيتتوبه، له گمل لوي خوراكي مريشكه كه
كاريان له دروستكړنيدا هميه.

له راستيدا، لويوي پينكهاتوبه، جياوازه كي لوتو نايانريت
لمنيوان بږي ساده خوراكيه كانې هيلكي سپي، و هيلكي
قاوپه يي دا، هيلكي مروي (duck) كميتك چموري زياتره.

توكړاي بږي فيتامين A له هيلكه دا ٨٥ مايكروگرام دهيت،
هيلكي قاوپه يي بږي (پرو فيتامين A) ي زياتره.

خواردي هيلكه بوزغوني گوره، له سن هيلكه ناييت له
هفته به كدا زياتر ييت نه گړ خوراكي ديكې چموري و پروټيني
زړ وريگري، بوزغوني و مريد منلان، له هفته به كدا ٤-٥
هيلكه به يانان بخورت زباني نيه.

هيلكه ناييت لمشوني گرمدا هلبگري، چونكه له وانه به
جوجك دروست بكات (واته هيلكه كه پيس بږي) له وانه به
همديك به كتر ياو ميكروبي ديكه بچته ناوړه، لهو شوندي
كه بهر زويه كه كوتو له كاتي دانانيدا.

شتنوي هيلكه، پيش هلبگريتي به باش نازانريت، چونكه
ماديه كي لينج دوري بهرگه كي داوه، نه گړ شوزايوه
ناميتن و نميش دهيتتوبه. بهر لاکردني كونه ورده كانې
توكړل، كه لويوه ميكروبي دهوانن بچته ناوړه. و لوي بږه
ناوهش كه تيايدا به به هلم بوون دپته دهره. لهو باراندا، وا
باشه لهوا توره كه يه كي نايلاوندا هلبگري.

هيلكي نو، زهر دپته كي به سپينه كي تنك دهره دراوه،
به لام تا بچتتوبه، ناو له سپينه دهچته نار زوردپته كه يوه،
تا دپت سپينه تنك تر دهيت، و تاميشيان تفت تر دهيت، و
گازي دووم توكسيدي كاربون له كونه كانې توكله كهوه
دهچته دهره و تاييت، زهر دپته، ورده ورده هلبهوشيت،
بوشايي هوا له هيلكه كدا گوره دهيت، و همو
پروټينه كي ناوي ټيكنه كشيت و بوزنكي زړ ناخوش پيدا
دهكات كه برتبه له گوگرد يي هايډروجن (hydrogen
sulphide) وا چاك هيلكه له هفته به كدا بخورت و لوي
زياتر هله نه گريټ لمبو لهو گزانكار به زړي لهواوندا
روودات.

له زړ ولاتدا، هيلكه له زيتيكي تاييټي هلبهوشيت
بوزغوني كونه كانې توكړل پتو او وټي بگري، يا دهخريته ناو
گازي دووم توكسيدي كاربون، كه ترشيتي سپينه
دهپارتيت.

لهو بازنه سوزي له دوري زهر دپته پيدا دهيت له كاتي
كولاندني زردا له نه جامي كارليكي گوگرد ناو سپينو
ناسني نار زهر دپته روودات، دهوانريت بهو كولاندني

كەرە (Butter)

خەستىكرارە چۈرى ناوشىد، سەرچاۋىدەكى دوتلىمىنىڭ وزى
 ئېتامىن A يە، ئېتامىن D ۋە ئېتامىن E ىشى تېدايە. كەرە
 ھارنە زۆر ئېتامىنى تېدايە ۋەك لە كەرە زىستانە ئەگەر
 بەرۋەدە كرا لەگەل خۇراكى دېگەدا ئەوا دەردە كىرىت كە كەرە
 پىزىتىن ۋە ئېتامىن B ۋە كالىسىيۇمى تېدايە، بەلام پىزىكى
 باشى كۆلىستۇل تېدايە، گەر مارگارېن Margarine نىم بىرە
 كۆلىستۇل نىە، بۇيە ئەو كىسانى كە پىزىك كۆلىستۇلنى
 لىن قەدەدە كىرىت ناپىت كەرە بىزىن مارگارېن دەخۇن ۋە زۆر
 خوارەنىشى بۇ ھىچ كىمىك باش نىە.
 رەنگە سىرۋىتىدە كىرى بەھزى بوۋىنى كارۋىتىنەيە (كە لە
 گىاۋە پەيدا دەپن)

پىنكھاتۋەكانى كەرە (۱۰ گم بىن):

پىنكھاتۋەكان	لە ۱۰ گم	تېنىنى
وزە (كىلو جۈل)	۳۴۰	
(كىلو كالورى)	۸۰	
چەۋرى (گرام)	۸۰۵	
كۆلىستۇل (مىلىگرام)	۲۵	
پىزىتىن ۋە كارېۋىنەرىت	نۇر كىم	
سودىوم (مىلىگرام)	۶۰	خۇنى بەرەلا
كانزاي دىكە	كىم	لە كالىسىيۇم دا زۆر ھەۋارە
ئېتامىن A	۱۰۵	
ئېتامىن D (مايكروگرام)	۰.۱۲	
ئېتامىن E (مىلىگرام)	۰.۱	
ئېتامىن B	سەر	

فېش - Fish
 گۆشى ماسى، سەرچاۋىدەكى بەنرۋى خۇراكە، بەتايەنى
 لەمىرەندە كە پىزىكى زۆر پىزىتىن ۋە كانزاي تېدايە. ۋە خەسەر
 خۇراكىنى بەرى باش قۇمغۇرى تېدايە. ھەردە مابىن
 دىزىيىتىن Fish. سەرچاۋىدەكى باشى بۇدە Iodine
 ماسىە ۋەدەكاش كە پىزىن تە تېمىقانى ۋەدە ئېستان
 لىكرىتەدە، سەرچاۋىدەكى باشى كالىسىيۇم. ھەسەر
 ماسىە كانىش ئىتامىن ئېتان بىرەدە. ماسىە جەۋراكانى Fish

مەستەدە، نەمىزىت ئەر بازنەدە دوست بىت، ھىلگى كۆن
 ئەم بازنەدە زۆرەر دوست دەكات لەمىلگى نىۋى، چۈنكە
 ھەپىش پىزىتىنى ناۋى شىبۇتەدە.
 پىنكھاتۋەكانى ھىلگەيەك كە كىشى ۶۰

پىنكھاتۋەكان	بى	تېنىنى
وزە (كىلو جۈل)	۶۱۰	
(كىلو كالورى)	۱۰۰	
پىزىتىن (گم)	۷	
چەۋرى (گم)	۷	ھەمۋى لە زەردىنەدەيە
كۆلىستۇل (مىلىگرام)	۳۰۰	ھەمۋى لە زەردىنەدەيە
كالىسىيۇم (مىلىگرام)	۳۵	نۇرەي لە زەردىنەدەيە
قۇمغۇر (مىلىگرام)	۱۲۰	نۇرەي لە زەردىنەدەيە
ئاسىن (مىلىگرام)	۱۰۵	نۇرەي لە زەردىنەدەيە
سودىوم (مىلىگرام)	۸۰	نۇرەي لە سىيىنەدەيە
پىزىتىن	۸۰	نۇرەي لە سىيىنەدەيە
مەگنېسىيۇم (مىلىگرام)	۷	نۇرەي لە سىيىنەدەيە
كانزاي دىكە	بىرى كىم	نۇرەي لە سىيىنەدەيە
ئېتامىن A	۸۵	ھەمۋى لە زەردىنەدەيە
ئېتامىن D (مايكروگرام)	۱	ھەمۋى لە زەردىنەدەيە
ئېتامىن E (مىلىگرام)	۱	ھەمۋى لە زەردىنەدەيە
ئېتامىن B		ھەمۋى لە زەردىنەدەيە
پىيامىن (مىلىگرام)	۰.۰۶	ھەمۋى لە زەردىنەدەيە
ۋايبۇفلاڭىن (مىلىگرام)	۰.۰۳	ھەمۋى لە زەردىنەدەيە
نېكۆتىنىك ئەسسىد	۱۰۸	ھەمۋى لە زەردىنەدەيە
پايرىدۇكىسىن (مىلىگرام)	۰.۱۵	نۇرەي لە زەردىنەدەيە
پاۋىتىن (مايكروگرام)	۱۵	نۇرەي لە زەردىنەدەيە
پىساتۋىنىك ئەسسىد	۱	نۇرەي لە زەردىنەدەيە
لولىك ئەسسىد	۱۵	نۇرەي لە زەردىنەدەيە
(مايكروگرام)		
ئېتامىن B12	۱	نۇرەي لە زەردىنەدەيە

دہشت، لمبرنہ خوارنیاں خرابہ و سرخ تووشی
ہستادہتی دہکن ویتیان تیک دہچیت۔

ترشہ چوری Fatty acid

ترشہ چوری، یہ کیچکہ لہ پیکھاتوہ گمورہ کانی ہموو جڑہ
چوریہ، لہ ریزیک کاربون پیکھاتوہ، کہ ہمرہ کھیان بہ
گموریلہ کی ہایدروجنہوہ بخند، کہ لہ کوتابی ریزہ کدا
کومدلی گموریلہ ترشی ہدیہ کہ توانای یہ کگرتنی لہ گمل

گلیسرولڈا ہدیہ، ہو
دورستکردنی چوری، سن
ترشہ چوری لہ گمل یک
گلیسرولڈا یکدہ گرت و
چوریہ کی سادہ پیکدہ ہینیت
و بہ زمانی کیمیا پزی دہاتین
(سن گلیسرید
Triglyceride). نمتوانین
بلیٹین ہموو چوریہ کانیٹش
سن گلیسریدی تیدایہ.

زنجیری کوتی ترشہ چوری
۲-۶ کاربونی تیدایہ. زنجیرہ
ناوندی ترشہ چوری ۱۲-۲۰
کاربونی تیدایہ، بہ لام زورسی
ترشہ چوریہ کان زنجیرہ کانیان
درژہ. زنجیرہ کورتہ کانی ترشہ
چوری وک (بیوتریک تسید
butyric acid) لہ چوری
شیدا دہینرین یا لہ کمرہ
کریم دا. لہو ترشہ چوریہ کی
ژمارہ تلوو ہایدروجنی
تیدا بن، پنی دہاتین: ترشہ
چوری تیر saturated fatty

acids، رژی گیانور یاہدیو، ترشہ چوری تیری زڈرتہ
وک لہ رژی روکو ماسی و نمتوانرت لہ پلہ گمری ژدی
ناسایی دہیدرتت. سن ترشی چوری ہمن، دورکی زڈ
دہینن لہ ہمزگردنہو ریزہ کولیسٹرل لہ خوتندا، کہ
برتین لہ: لایوریک lauric و مرستیک myristic و
پالمیتیک Palmitic تسید.

بہ لام ترشہ چوریہ تیرہ کانی دیکہ کسمتر نم رژہ
ہمزردہ کمنو، نو سن ترشہ چوریہ، ہشی ہمزوری ترشہ

تد، سرچاویہ کی باشی نو فیتامینن کہ لہ چوریدا
ترشہ، Fat soluble Vitamins، ہندیک لہ ماسیانہ
نہ سازگارہ کاندہ دژن، سرچاویہ کی باشی رژی
نیمو و رژیہ کی باشی ناون، نو ماسیانہ مادہ وژہ
حتہ کانیان کمو بری پروتینیان زڈہ ہو مرژہ لاوازہ کان
Slime زڈ باشن، ہمزارد لہ گمل گوشتی ناساییدا،
ترشی ماسی سرچاویہ کی باشی فیتامین B، بہ لام
چوریہ کی ہمزوری ناسنہ جگمری ماسی سپی

سرچاویہ کی دہولمندی
تد E.D.A.

سبہ چورہ کان و ہندیک
سر نای سازگار وک
Salmon، و نیل eel
سوری پلوی trout %۵ تا
چوریان تیدایہ،
حتہ سن گومان ہمزری
چوری ماسیہ کہ
ترشہ چوریہ کیشیان پورہ
ترشہ چوری فرماتیر Poly
unsaturated، نم ماسیانہ
نہ ہارونی درنگ و
سختی پیزدا زڈ چورن، و
چوریہ کی باشی زڈو
تد E.D.A) و ناسن
صیک کہ نیتانہ کانیان
حتہ نہ کتیاندا دہخورت،
چوریہ کی باشی
چورن ماسی نمتوانرت
چوریہ کی باش بہ ہستوی
نیت یا ہرتتہ قوتوہوہ.
سختو، لہ نرخی مادہ



تد کتی نای کم ناکاتوہ، بہ لام لہ ۷۵% ی فیتامینی
تد کتی قوتوکردندا ون دہکات (واتہ فیتامین B₁)، بہ لام
نہ نرخی نعالیو لہ دہرتت تنھا ۳۰% - ۵۰% ی ون
تد مادہ کانی دیکہ وک خوی دہینیتوہ لہ کاتی
نیت کرد.

سختی ماسی ہمن سلاچہ، یا ہستو، لہ مادہ کی
نہ توشی خراب بوئی دہکات و ژہوای دہیت ہمزوی
نہ بہ کتیاندا، و بونیان تیک دہچیت و تامیان ناخوش

چەمبۇرەكى زۆر بىلگۈ، و زۆرىمى چەمبۇر و رۆنەكان ۳۰% تا ۶۵% ى لىم ترشە چەمبۇرەيدە.

ئەم ترشە چەمبۇرەيدەش كە چوار گەردىلە يا زياتر ھايىرۇچىنىيان كەمە (واتە دور جوت بىند يا زياتر) پىتيان دەلەتن: فرە ترشە چەمبۇرە ناتىرەكان Poly unsaturated fatty acids يا PUFA

ئەم خىشتەيدى طواروۋە جۆرى ترشە چەمبۇرەكان لە ھەندىك خۇراكى چەمبۇرەدا لىسۇدا رۆن دەكاتەمە.

چەمبۇرە	تېر	سېتىرەك	تاكە ترشە چەمبۇرە	لىرە ترشە چەمبۇرە
كەمە - شىر - پەندە - كرىم	۴۰	۱۰	۳۰	۴
گۆشتى گە (beef)	۳۰	۲۰	۴۵	۲
گۆشتى بىرخ (Lamb)	۳۰	۱۵	۵۰	۵
گۆشتى بىراند گۆشتى سۈۋىرەكرامى بىراند Pork and bacon	۲۸	۱۲	۵۰	۸
مىرشەك Chicken	۲۵	۵	۴۵	۲۰
رۆنى گەنەشەمى Corn oil	۱۰	۳	۲۵	۵۰
رۆنى زەيتون Olive oil	۱۵	۲	۷۰	۱۰
كەمە كاكاو Co coa butter	۲۵	۳۵	۳۵	۲



چەمبۇرەكان پىنگەھىتىن، بۆمۈنە پىالمىتىك ئىسىد Palmitic acid، لە چەمبۇرە گىيەمبۇرە و رۆنى خورمادا ۳۵% ھەمبۇرە جۆرە ترشە چەمبۇرەكان پىنگەھىتىنەت و ۱۷% ى ترشە چەمبۇرەكانى رۆنى روۋكى و ماسىش پىنگەھىتىنەت.

ئەم ترشە چەمبۇرەيدەش كە ژمارى ھايىرۇچىنى تەواويان ھەلەگەرتوۋە، پىتيان دەلەتن، ترشە چەمبۇرە ناتىرەكان unsaturated fatty acids. جىگە ھايىرۇچىن بە دور بۆند (بىند bond) لە گەردىلە كاربون دەگىرەتەمە. زۆرىمى رۆنى روۋكى و ماسى ترشە چەمبۇرە ناتىرەكان تىدەيدە، و لە پلىمى گەمەمى زۆرى ناسايىدا بە شلى دەمىتەمە ئەم ترشە چەمبۇرەيدە كە تەمە دور گەرد ھايىرۇچىنىيان كەمە (واتە يەك جوتە بىند) پىتيان دەلەتنەت تاكە ترشە چەمبۇرە ناتىرەكان Mono-unsaturated fatty acids

ئەم ترشە چەمبۇرەيدە ھىچ كارىيان بىسەر بەزىكەردەمبۇرە رۆنى كۆلىستەرتوۋە لەخوتەدا نىە كۆلىنىك ئىسىد Oleic acid كە لە تاكە ترشە چەمبۇرەكانە ۱۸ گەردىلە كاربونى تىدەيدە، ترشە

سەلەنچ:

سېتىرەك Stearic بىرەتە لە ترشە چەمبۇرەكى تىر، بەلام كەمەت كارى بىسەر بەزىكەردەمبۇرە كۆلىستەرتوۋە ھەيدە لە خوتەندا

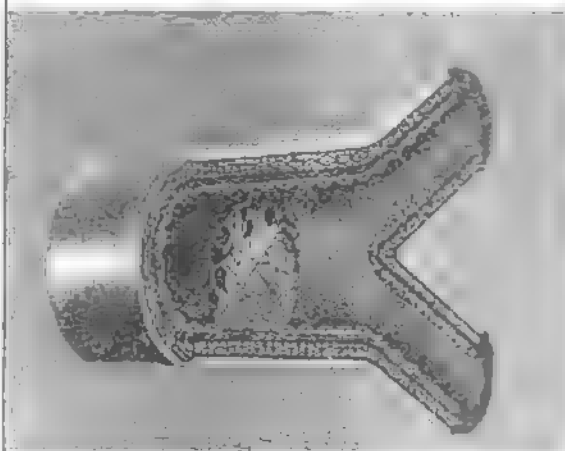
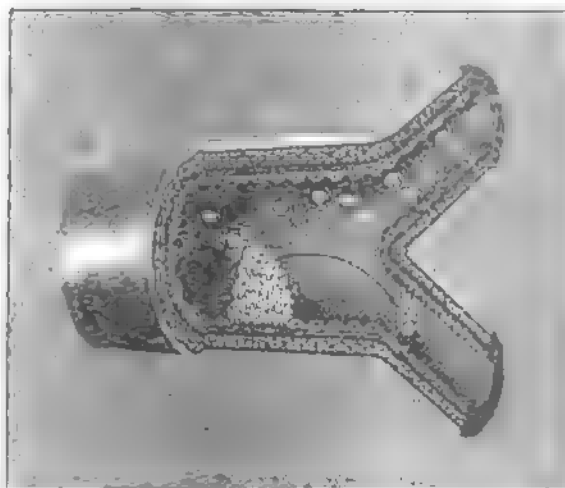
كۆلىستېرول Cholesterol

كۆلىستېرول بەشىگە لە يىڭىيىتىلىدىغانلىقى، ۋە يەنىگە لە يىڭىيىتىلىدىغانلىقى جۇڭگى خۇيىن. زۆرىمى مۇشۇ يىڭىيىتىلىدىغانلىقى ۱۶۰ گىم كۆلىستېرول تىندايە. كۆلىستېرول بۇ دوستىكرىدى پىرەدى خانەكان Cell Membrane گىرگە، بەلەم خۇراكىكى يىمەرىنى، لەش ئەتوانىتت دۇرۇر زىاتىر لەش رۇئانە لە خۇراكدە دوستى بىكات. ئەمۇ خۇراكانى بىرلىكى زۇر كۆلىستېرول تىندايە بىرلىكە لە دەماخ Brain ۋە زەردىنە egg yolk.

خۇراكانى دېگە بىرى كىمىتىر كۆلىستېرول تىندايە ۋەك لە خىشەكى خۇراكدە رۇنى دەكىتىرە، ۋە خۇراكانە رۇكىەكانىش تىياندا نىيە، گۆشتى بىن چەورى Lean meat كىمىتىر تىندا نىيە، لە گۆشتى پىر چەورى، بۇ ئۇنە كۆلىستېرول لە گۆشتى بىن چەورى، بە چەورى ۋەك يەكە.

رۇنى بىنى كۆلىستېرول لە خۇراكانە جىياۋزەكاندا:

خۇراكانە	چەورى خۇراكانە
لەيەك گىرام زىاتىر (۱۰۰۰ مىلىگىرام) لە ۱۰۰ گىرام خۇراكدە: دەماخ، زەردىنە، ھىلگە ۲۰۰ - ۶۰۰ مىلىگىرام لە ۱۰۰ گىرام خۇراكدە: كىرە - ھىلگە ماسى - گۆرچىلە - جىگەر ۱۰۰ - ۲۰۰ مىلىگىرام لە ۱۰۰ گىرام خۇراكدە: زۆرىمى جۇرەكانى كىرە، دىن، قىرۇن Crab، كۆرۈمى دەپ، ماسى ساردىن، رۇپىيان Shrimp	خۇراكانى پىرە كۆلىستېرول
خۇراكانى ماس ۵۰ - ۱۰۰ مىلىگىرام لە ۱۰۰ گىرام خۇراكدە: گۆشتى گا - چەورى گۆشتى گا - مېشك - رۇنى گۆشتى مېشك - كۆرۈمى تىك - رانى بۇق - پىرخ - پىرخ - كىرۈشك - قەلەمۇن - ماسى كود Cod، كۆپچە ماسى Oyster، كۆپچە ماسى Veal.	خۇراكانى ماس نىسۋەندە كۆلىستېرول
خۇراكانى بىرى ۵۰ مىلىگىرام كىمىتىر لە ۱۰۰ گىرام خۇراكدە: پىلەرى سىپى، ئايس كۆرۈم، ماركارىن كە كىرە، پىنۇرە، شىرى كىم چەورى، ماسى، ماسى سىلەمۇن.	خۇراكانى كىم كۆلىستېرول
خۇراكانى بىن سىپىلە ھىلگە، ھەمۇر خۇراكانە رۇكىەكان، ۋەك رۇنى رۇكە، مېۋە، كۆپچەلەن، سىمۇرە، دىنەمۇرە، مەمۇرە مېۋە، شىرىمىكان.	خۇراكانى بىن كۆلىستېرول



چەورى لايىزىك Lauric ۋە مېستىك Myristic ۋە پالىمىتىك Palmitic نىسپەتە.

چەورى چەورىنى كە رۇنىكى بەزى ترشە چەورى تىپىرە فرە - جە جەزىرە ناتىرەكانىان تىندايە، پىرستە ئەمۇ كىسانە كە - سىر جەزىرە تىپىرە كۆلىستېرول تىندايە كىرە. پارىزگارى - سىر كىم ئەمۇ رۇئانە ئەمۇ. بەلكى ئەمۇ رۇئانە بەكارىيىتىن - سىر ئەمۇ ترشە چەورىنىان تىندا كىمە.

چەورى جەزىرە بىنەتەكان (Essential fatty acids) پىش لە - سىر ترشە چەورە ناتىرەكانىان ۋە بىدۇر بىلەندى رىز بىدۇر - خىرەم كە لەش ئەتوانىتت لە شىۋەيان دوست بىكاتىرە. چەورە Linoleic نىسپە دەست پىن كىرى ئەمۇ كۆمەلەيە، - سىرستە لە خۇراكدە ۋەگىرەت. ھەمۇر جۇرەكانى ترشە - سىرەكتى دېگە لەش ئەتوانىتت دوستىان بىكات، پىتەيان - سىرستە ترشە چەورە نىبەرتەكان (ئاسىرەكىەكان).

كۆلىستۆلى دەرىجىلىك رۆژانە بىمىن خۇراكه كان جىياوازە، لە سفىرە دەست پىدە كات تا دەگاتە ۳۰۰۰ مىلىگىرام. و زۆر پىشت بە ژىمارى ئىمىنلىكەنە دەستىت كە سىزۇق رۆژانە دەياغۇت.



رۆژانە خواردنى ھىلىكەيەك و دورپارچە گۆشتى گىيانومىر يا ماسى و كەمىك كىرە دەگاتە نىزىكى ۵۰۰ مىلىگىرام كۆلىستۆلى، نىمى ئىمىنلىك دەستىت خۇتتە، خواردنى ھىر ھىلىكەيەكى زىادە ۳۰۰ مىلىگىرام كۆلىستۆلى زىادە دەگات. بىمىنلىكەكى سىزۇق دەستىت كۆلىستۆلى بىمىنلىكەكى خواردنى يا لەش خۇتتە دەستىت. و زۆرى جىر ھاسىرلىكەك دروست دەگات بىمىنلىكەكى لىناوچونىمىرلىكەكى زىادە، سىزۇق لە كۆمەلە رۆژانە كاندا رۆژى كۆلىستۆلى تىادا بەرزە، و لە ھىمىر جىيانىشدا سىزۇق تا بىسالا بىمىنلىكەكى رۆژىسى لەخۇتندا بەرزە بىتتە.

بەرزە بىمىنلىكەكى رۆژى كۆلىستۆلى لەخۇتندا (لە سىر ۱۵۰ مىلىگىرام لە ۱۰۰ مىلىتەر پلازما) بە ترىناك دادەرتىت بىز نەخۇشەيەكانى دىل، بىمىنلىكەكى كە سىمىنلىكەكى دىكى دىلى ئەگەلدا بىت رەك كىتشانى جىگەر، ئىمىنلىكەكى سىر دىن بە نەخۇشەيەكانى دىل بەرزە بىتتە.

دەتوانىت رۆژى كۆلىستۆلى لەخۇتندا كەم بىمىنلىكەكى بىمىنلىكەكى خواردنى ئىمىنلىكەكى كۆلىستۆلى زىادە، بىمىنلىكەكى نەخۇشەيەكانى ئىمىنلىكەكى رۆژى و جىمىنلىكەكى ترشە جىمىنلىكەكى تىرەكانى تىدەيەك رۆژى گىيانومىر (بىمىنلىكەكى رۆژى مانگا، و بەرزە، و بىمىنلىكەكى شىر لە كىرە پىن).

فرە ترشە جىمىنلىكەكى نەخۇشەيەكانى لە زۆرى رۆژە رۆژە كاندا ھىمىر كۆلىستۆلى دا دادەرتىت لە لەشدا. بىمىنلىكەكى خىرالى دابىزىنى بىمىنلىكەكى و ن كۆلىستۆلى لە زىادە، بىمىنلىكەكى رۆژى دابىزىنى كۆلىستۆلى كەمىرەك لە زىادە بىمىنلىكەكى ترشە جىمىنلىكەكى تىرەكانىمىر لىمىنلىكەكى پىتتە ئىمىنلىكەكى جىمىنلىكەكى نەخۇشەيەكانى.

خۇراكى كەم كۆلىستۆلى، و ئىمىنلىكەكى ترشە جىمىنلىكەكى تىرەكانى تىدەيەك يا زۆر كەمىنلىكەكى تىدەيەك و فرە ترشە جىمىنلىكەكى نەخۇشەيەكانى تىدەيەك، زۆر پىتتە بىمىنلىكەكى كەمىنلىكەكى كىتشانى بەرزە بىمىنلىكەكى جىمىنلىكەكى لەخۇتندا ھىمىر، ھىمىر لەم خىستەيەك خۇراقە دا رۆژى دەستىت.

خىستەيەك بىز خۇراكى كەمىنلىكەكى كىتشانى بەرزە بىمىنلىكەكى جىمىنلىكەكى لەخۇتندا ھىمىر	
پىتتە بىمىنلىكەكى خۇراكانە نەخۇشەيەكانى (Avoid)	كەمىرە - كۆمىر - خۇراكى گىيانومىر و پىر جىمىنلىكەكى - گۆشتى جىمىر - شىمىر پىر جىمىنلىكەكى - پىنلىر - بىمىنلىكەكى جىمىر - لىشى ھىمىر - چوگىلىت - گۆمىنلىكەكى - تاپىس كۆمىر.
بەكەمى ئەمانە يىخىلىش (Limit)	ھەقىقەتى بىر پارچە لىمىنلىكەكى رۆژى كۆلىستۆلى بەرزە ھەكەكى زىمىنلىكەكى ھىلىكەكى و ھىمىر ھەقىقەتى پارچەيەك جىگەر.
بىمىنلىكەكى مام نىمىنلىكەكى خۇراكانە بىمىنلىكەكى	گۆشتى بىمىنلىكەكى - ماسى جىمىر - ماسى سىمى - رۆژى زىمىنلىكەكى - زىمىنلىكەكى - خۇراكانە بىمىنلىكەكى
بە ئازادى ئەمانە بىمىنلىكەكى	سىمىر - زەلەتە - سىمىر - پەتاتە - دانەنلىكە - گەشەشامى بىمىنلىكەكى - شىمىر بىمىنلىكەكى - ماسى - سىمىنلىكەكى ھىلىكەكى - پەنلىر سىمى (لە شىمىر نا جىمىر) رۆژى گەشەشامى - رۆژى گۆمىنلىكەكى - رۆژى سىمى.

سەرچاۋە:

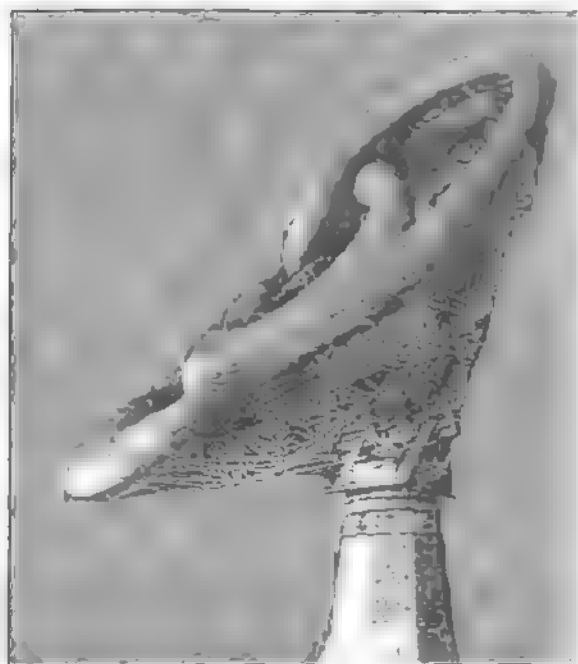
- 1- Anderson, others; "Nutrition in Health and Disease" Toronto. (17 th ed.)
- 2- Bingham, shella; "Dictionary of Nutrition" London.
- 3- Guthrie, HA: Introductory Nutrition 4th ed. Mobsy.
- ۴- ئەكرەم قەدرەداخى: بىمىنلىكەكى خۇراكى سىزۇق/سەلىمىنى - ۱۳ - ۱۹۹۸

يېتىن و كەرى

نويسىنى :

دكتور محمد جەزا نورى قەرەداخى.

پىسپۇرى نەخۇشەكانى قۇپك و كۆي و لوت



(Bone) لىسەختىدا، ھىدان دەپگاتىت، كەنەش ئىسك نىە.

تۈنكارى كۆي Anatomy of Ear

كۆي، ئىفەندە چۆنىمىتى دروستىبىنى ئالۆزە، كەنەچۆنىك بەكۆرتى باس بىكرىت، ھىرەئاسانى ئاپتە بىرچا، بى ئاسانكۆرنى باسەكەمان، كۆي دەكەين بىسەن بىشى سىرەكىمە، ئىمەش بەگۆرنە چۆنىمىتى دروستىبىن و لىش كۆرنى.

۱-كۆرنى دەرە (External Ear) كەينىكەتە لە:

۱ - پەرى كۆي: (Pinna) لەكرىپاگەكى زەرە پىنكەتەرە Yellow cartilage، پىنەستىكى تەنگ لىمەردە دىمە داپۇشراۋە، ئىم جۆرە كرىپاگە، ۋەكو لاسىك رايە كەبەھىر جۆرنە بىنوشىتىتەرە و لولى بەدەت، ئاپتە بىمەش شكاندى ۋە لىپاشدا شىۋى خۇي ۋەدەگىتەرە.

شاينى باسە، ئىم بىشى كۆي، بى ھىر ئادەمىزادىك جىپاۋازە، واتە لەگۆرنەكە بى يەككىدى، و ئىمەش لىپاۋارى (نوشدارى داد - الگب العدى) دا بەكارىت بى ئاسىنەۋى ھىرچ كەستىك پىت بىمەش بىراۋەكۆرنى، كۆرنى كەسەكە لەگىل رەنەي كۆرنى دىكەدا.

ب - لىناۋپاستى ئىم بىشى باسە كۆرە، چالنىك ھىە كەدەيگەينىت بەجۇگەيك (بۆرى كۆي) كە بىشىكى دەرەۋى كرىپاگە بىرە بىشى ناۋەۋى ئىسكە، ۋەناۋى

نەخۇش كەرى، بەيەكىك لىنەخۇشە كۆرەكانى كەم ئىمامى سىۋى دادەنرىت، پىتاپىمى لىمەئالدا، زۆرنىش پىتە ئىمەۋى لىرى كەسەكە بىپىت.

Pre Lingual Deafness)، ئىمەنەش جىۋىچۆر دروست دەپن.

بىرچا تىنكەچۆنى كۆرنى مەئال لىسكى داپكىدا بىمەش ئىمە خۇشەۋە دەپتە كەدەيكى دەپگىرەت. پان مەئال لىمەنەنى سىپا، پاپەك دەرەۋى ئىپاندا تىۋىشى ھەندەك خۇشە كۆي دەپتە، لىم دەرە كاتەدا، كەرى، دەپتە ھىۋى كەپلەلى (Deaf-Mutism)، سىۋى گىئەلەبىرەكى ئۆمەلەپتەۋە خۇشە ئىپانەش بىپەيۋەندەكانەۋە بىستەرە ۋەگەزەلەكانى دىكەدا بىمەش بىپىن وپىستەرە، زۆر بىرناپان تۆرنەۋەپان لىمە ئىمەكۆرە، كەكامپان بى سىۋى تىرەگەرە، ھىستى بىپىن پىا ھىستى پىستى؟ لىمەنەمەدا ئىمەشونە ئىمە كەپىستى كۆرنەگەرە، و كەرى باپەمەنكى زۆر ئىمە ھىە لىپاندا، پىتاپىمى كەرى زگەماكى و سىمەۋى ئىپان كەدەپتە لىمەمە كەپلەلى.

بىمەۋى بىزانىن كەرى چۆن دروست دەپتە پىتەستە بىنە، كەمەۋى چۆن ھىستى پىستى دەرەكە، ۋەبىمەۋى بىنە كە كۆرنى چۆن ئىمەكەرە لىمەمە دەرەكە، دەپتە جىۋى بىزانىن كەكۆرنى لىچى دروست بىمە، كۆي ۋەگەرتە، سىمەن ئىسكى سىمە، كەپىنى دەرەتەت ئىسكى پىتەمەستىدە (Petromastoid)

نم بزره بهیست ناپوش کراوه، کهفتا بمره قوئی پروات، تنکتر دهیستوه، تا نه گمل پردی گوندا لینک دهوات، لمبشی دهرودی نم بزره لهجایی گوندا چندها تالی موو هیده، کهفتایستی لهتمستی گهردها نم مووانه تستوردرژ دهن. ههردها بز دروستکردنی نو میوی بهشیک لهکناله که داده پوشیت چند رژتیک هیده. درژی نم بزره ۲۵ - ۳۵ سم دهیت، و له کوتایی نم بزیده، دهینرت کهپردی گوئی شتوی هیلکی و تیهکی ۹-۱۱ مله.

ج - پردی گوئی (Tympanic membrane) پردیهکی زژ تنکه، لدور چین ریشال ینکهاتوه، بز قایی، لهرودی دهرود بهیست داپوشراوه، و لهرودی ناووش بهپردی لینجی گوئی ناوواست Mucus membrane داپوشراوه.

لهرودی دروستبونوه پردی گوئی بهشیک لهگوئی دهرود، لهرودی تیشکرتیشوه، پردی گوئی، بهشیک لهگوئی ناوواست.

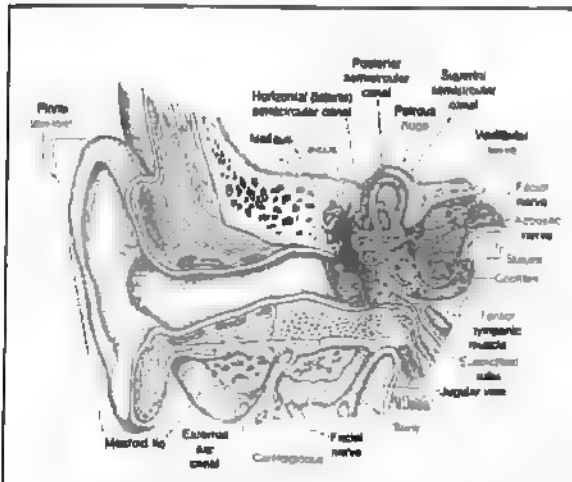
۲- گوئی ناوواست (Middle Ear) نمش، بز شایه که، لنار نیسکی سردایه کهقبارهکی دهگاته یک حبی پاراستیژل کهوتونه نیوان گوئی دهرود ناووه، لدیوی دهرود، پردی گوئی یو دیواری ناووی بهگوئی ناووه بستاره، لنار نم بز شایه دا سن نیسک هیده، نیان دوترت چهکوش (Malleus) و دهزگا (Incus) و نازنگی (stapes) نم سن نیسکه بهیه کتیره نوساون، وه چهکوش بهپردی گوئی وه نوساوه، ناوهزنگی بهگوئی ناووه نوساوه، لهری پردی ناووه، بهخهری هیلکیدی. (Oval Window) بز شایی گوئی ناوواست دهسترت بهشتی لووتوه بژاو گهرود، بهزی جژگه کهوه کیپی دهلین جژگی نوستاکی (Eustachian tube) و بهزی نم جژگه یوه هوا لهنیوان پشتی لووت و گوئی ناوواستد ناوگژ دهکات، بز یه کسان گردی پستانی هوا لهگوئی ناوواستد بز پستانی کش. هرچی گرانیک لم جژگه دا هیت، دهیتته هوی کارنه کردی گوئی ناوواست بهناسانی.

۳- گوئی ناووه (Inner Ear) : نمش لدور بهشی سردکی ینکهاتوه، لنار نیسکی سردایه:

۱ - لولینچ (cochlea) پردیهکی زژ تنکه، لدور چین ریشال ینکهاتوه، بز قایی، لهرودی دهرود بهیست داپوشراوه، و لهرودی ناووش بهپردی لینجی گوئی ناوواست Mucus membrane داپوشراوه. لهرودی دروستبونوه پردی گوئی بهشیک لهگوئی دهرود، لهرودی تیشکرتیشوه، پردی گوئی، بهشیک لهگوئی ناوواست.

نمش لدور بهشی سردکی ینکهاتوه، لنار نیسکی سردایه:

۱ - لولینچ (cochlea)



ینکههگانی بیست لهمشکدا (Auditory centre)

ب - جژگی بازنه (Semicircular canal)

نمش لسن بازنی ناتواو ینکهاتوه، بهجرتک دانراوه که ههرهکی بهگوشه کی (۹۰) (پلهی، لهرودی دیکه رستاره، نمش بزیه که شلی تیدایه و لنار نم شلهیدا دیسان خانی هستی تایست هیده، کهتاله صوی پتویه و بهتاله رهگانه که دهچیت بز دهرودی ژماره هشتی میسک نوساوه.

لهتمیشتی نم سن هیلوه هیده (Sacule) وه نمش شلهیدهکی تایستی تیدایه کنوساوه بهشیک له دهرودی ژماره هشتی میسک که هارسنگی کش پیک دههیتت وه بهو هزیوه ناده میزاد شونی خوی لهرودی زمینو لههوا دا دهوتتوه.

دهنگ و بیستن (Sound & Hearing)

دهنگ وهکو ههرود ریزه کی تر لهرودت دا نهپورت بهمبستی لیکوتینمو ژماردنی بدور رگا:

۱- توندی دهنگ (Intensity)

۲- لهریوه (Frequency)

و دگو باس کرا گوټی ناده میزاد لږینه وی ۲۰ - ۲۰۰۰۰ هزار ورنه گرت به لام زیاترو باشر به لږینه وی ۱۰۰۰ - ۳۰۰۰ وه نمش خوش به ختانه ونکی ناده میزاد لږینه وی ۱۰۰۰ - ۳۰۰۰ Hz به ونزی ونک نژمیرت به دیسیبل (Decibel) یا (dB) یکه دیسیبل (1dB) کسترین به ونزه ونک که گوټی ناده میزادی ماغ بتوانیت ونک بیسیت . وه نمش به ژماره لوگاریتمات د پروات تابعز بیتهوه .

مانایی دهنگه ده -dB (10dB) - مانایی دهنگه ده (1dB) یوزتیه

(20dB) بیست - dB مانایی دهنگه سد
(100) نود و یک، (1dB) یوزتره

(30dB) سی - dB مانایی دهنگه هزار
(1000) ثوبندایی (1dB) یوزتره

شماره 1000000 (1000000) توانایی (1dB) بهرگز

کھواتہ لدوری یلک مقررہ دہنگی تادہ میزاد بہم
چوڑاہ

دڼگ به چرپه (Whisper) نه گاته (30dB)
دڼگ، ناساي، نه گاته (60dB)

قیژاندن (هاوارکردن) (shout) نځگانه (90dB)
دڼګې، زږر پلوز (120dB) دهسته هڅې، ناروختی، و

دینګه ماسټر، فوکه (Jet engine) لټور

نژیکه (140dB)، ده نم هسمو جوری ده تگه لئاو
گوت، ناوودا، ورده گوت هبر لریشودن (Hz)

لمجنگایه کی تاییدت و در دگریت. نیست با به وردی لری
بکه تنه و که حوز نادمزاد ونگ دست شمه ل

جۇزۇجۇرى دەنگ بە ھەر لىرىنىۋىك يىت يان ھەر
تەۋىتىك (dB) نىت دۈگاتە گەن ۋە ھەر بەشەن

گوى دهرمه نامرست وه نامره بهجورك بهيشى خوى
هولدرستت.

نور بهمنی گوتی درهوه گنووساوه بهمنیشی سارهوه
نور، کتکونه، دنگر، حده، وشمش، بهمنیشی

له نازه ودا كېده گورځيږي شونځي داسكه كه گوي قوت

باش. کونک دنیو، دنگ، شمول، دنگ، دوکاته، پوری

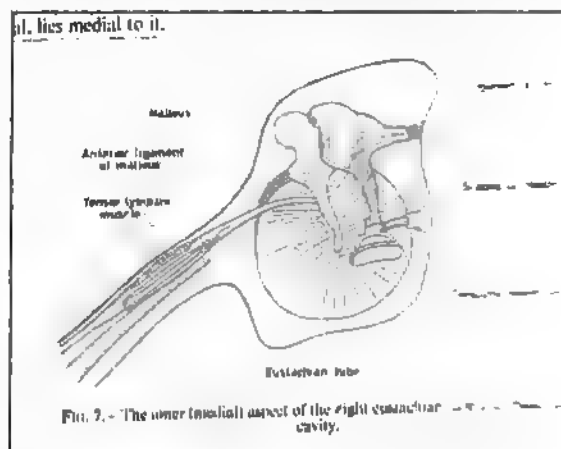
گویی و دهشتنا پندردیسی گویی - نمیش دایسته هژیسی

میں نے اس پر غور کیا۔

جریختی دروست بونی شپېژنې دنگ بدلونښودې
 بحث مادهیمه (Particle) کمپایدا دپرات
 ترو هرا، تار، ناسن یان تیسک وهنورو
 سډهکتر، گواته دنگ لغاو مادهوا دپرات
 جیو خشی توار دا تاروات.

صحنہ گمراہ گمانی نو مادہ پالپسٹو دھکمن . نزیک
سحر . نیمہ کتر وہ دوا بی دور دھکمنوہ . سحر و کر
جے بردیک حمل دودیتہ ناو گویتک ناوہ چمند
تیرینکی خری دوست نمیت لہ چمکوہ بز دھروہ
دھت دور کویتوہ بچوکوہ بن ہیزتر دیت

نیوز دنگش بهمان جود بهر چوار دهوری
 مژده میتوه بهلام هتا دور کویتوه کم
 بحیت هتا دواپی نایسترت گونی نادمیزاد دنگ
 حریجی (۲۰ هتا ۲۰۰۰) بیست تا بیست
 عمر بیه کی هرتز (Hz) دیست بهلام
 حمیت گیان لیری تردا لیرتوی برتر له (۲۰)
 عمر گونی لیری لیرتوه ثوانه هتدی دنگ
 سیتر گنادمیزاد ناتوانیت بیان بیستیت خیرایی
 مگ تهرادا لیلیمی گومایی (۲۰) م (۳۴۴) هتده
 حرمکا (باته) لیر قوراضی دهریا.



44

مادة

۳-۲-۱-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-۲۶-۲۷-۲۸-۲۹-۳۰-۳۱-۳۲-۳۳-۳۴-۳۵-۳۶-۳۷-۳۸-۳۹-۴۰-۴۱-۴۲-۴۳-۴۴-۴۵-۴۶-۴۷-۴۸-۴۹-۵۰-۵۱-۵۲-۵۳-۵۴-۵۵-۵۶-۵۷-۵۸-۵۹-۶۰-۶۱-۶۲-۶۳-۶۴-۶۵-۶۶-۶۷-۶۸-۶۹-۷۰-۷۱-۷۲-۷۳-۷۴-۷۵-۷۶-۷۷-۷۸-۷۹-۸۰-۸۱-۸۲-۸۳-۸۴-۸۵-۸۶-۸۷-۸۸-۸۹-۹۰-۹۱-۹۲-۹۳-۹۴-۹۵-۹۶-۹۷-۹۸-۹۹-۱۰۰

نام: _____

تسلسل

مستند: استادان اعمدای سارا و دینک خدات

[illegible]

میں نے یہ سب کچھ دیکھا ہے۔

مَنْ عَمِلَ خَيْرًا فَلَهُ أَجْرٌ لَا يَفْضَحُ

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

چۈنكى پەردە گۆي نوساۋە بەھىرى ئىتقانى گۆيى ناۋاپراستىۋە.

ۋە ئىۋانىش لىسىرى ئىر سىرۋە نوساۋى بە پەھىرى ھىلگەيى (Oval window) گۆيى ناۋاپراستىۋە. چۆنىمىتى گەياندنى دەنگ لىمىرۋە بەشى گۆيىسى دەرىۋىر ناۋاپراستىۋە بەھىرى چۆلەندى ھەۋا لىنار بۆرى گۆيى دەرىۋىر دەپتە ھۆي بەرىۋەندى تۆنى دەنگەكە بەرادەي (10dB) بەھىرى كازىكى فېزىيارىۋە كىمىنى دوتۇرتىت (رنىن) (دەنگ دانىۋە) (Resonance) بەتايىمىتى لىلەرىۋەندى (3000 Hz)

لىنار گۆيى ناۋاپراستىۋە دەنگ دىسان گۆرە دەپت بەدۋىچۆر

۱- ھەرىۋەكەر لى (قانۇنى عىلات) (دەنگ گۆرە دەپت بەھىرى چۆلەندى ھەرىۋە ئىتقانى گۆيى ناۋاپراستىۋە (Lever effect) ئىمىش بەھىرى (۱۳) (۱۱)

۲- ھەرىۋەكەر لىياسى فېزىيارىۋە باسكال كىمىرى پەردەي گۆيى (Tympanic membrane) گۆرە ھەرىۋە بەھىرى پەھىرى ھىلگەيى گۆيى ناۋاپراستىۋە ئىمىش بەھىرى (۱۷) (۱۱) ۋەبىم دەرىۋە ھۆي دەنگ لىنار گۆيى ناۋاپراستىۋە دا گۆرە دەپت بەھىرى (۲۲) چار. لىرۋەندى گۆيى ناۋاپراستىۋە دەگاتە شەكلى گۆيى ناۋاپراستىۋە لىرۋەندى پەھىرى ھىلگەيى ۋەبىم. ۋەلەرىۋەندى ئىر شەلەبىش (ھەرىۋەكەر چۆر بەردىك ھەل لىدەپت بۆ ناۋا گۆمىك شەپۆلى ناۋا ئاۋ دەرىۋە ئىمىتى) ھەمان ئىم چۆرە شەپۆلى دەنگ لىشلى ناۋا گۆيى ناۋاپراستىۋە لىرۋەندى (cochlea) دەپتە ھۆي چۆلەندى تالە دەزەلەكانى خاندىيى يىستىن ۋەلەتەر لىرە بەدۋاۋە ھەتا دەگاتە ناۋا مېشك. بەھىرى دەمارى يىستىۋە شەپۆلى دەنگ دەپتە شەپۆلى كارابايى ھەتا دەگاتە دەمارى ھەلەندى يىستىن لىنار (مېشكەدە Hearing centre)

چۆرىكى تىر يىستىن ھەيە كىمىنى دوتۇرتىت يىستىن بەتۇتقان ئىمىش (Bone Conduction) كىمىنى دەنگ دەپتە ھۆي لىرۋەندى ئىتسىكى كاسى سىر ۋەئىمىش دەپتە ھۆي چۆلەندى ئىر شەلەبى ناۋا گۆيى ناۋاپراستىۋە كاتىك كەتەدەمىزاد ئىدەرتى دەنگى ھۆي گۆيى لىرۋەندى بەلەم لىدەرىۋە رىنگاۋە يىتچە لىرۋەندى ھەۋا كەتەدەگاتە گۆيى بەلەم دىسان بەھىرى چۆلەندى قوراك كەتەمىش بەھىرى ئىتسىكى چىناگەۋە دەگاتە بۆرى گۆيى دەرىۋە ۋە لىم رىنگاۋە گۆيى لىدەنگى ھۆي ئىمىتى.

كەۋاتە ھەمىر كىمىتىك كەتەدەرتىت يىستىن دەنگەكەيى زۆر جىۋاۋى ھەيە لىنەۋان ئىرۋە يەكلىك گۆيى لىرۋەندى يان ئىۋەكە ھۆي گۆيى لىرۋەندى يىتت بەر دەرىۋە رىنگاۋە گۆيى لىرۋەندى ھۆي ئىمىتى ۋە ھەل لىرۋەندى ئىم ئىم دەرىۋە دەنگە جىۋاۋە ھەمىر كىمىتىك بۆ يەكەم چار كەگۆيى لىدەنگى ھۆي دەپتە لىسە شىرتى تۆماركراۋ دەنگى ھۆي ناۋاپراستىۋە ۋە ۋا ھەست دەگاتە كەتەنگى ھۆي نىە. چۈنكى بەھىرى شىرتى تۆماركراۋە. شەپۆلى دەنگ بەھىرى ھەۋا دەگۆرۋەندى.

بۆرى دەرىۋە گۆيى بۆ يىستىن زۆر گۆرە. ئىرۋە دەرىۋە گۆيى دەرىۋەندى يەك گۆيى ئىمىتىت بەلگە بۆ ئىرۋە كىمىزىت دەنگەكە لىرۋەندى ۋە دىت ئىرۋە يەك گۆيى ھەيە ئىم كەرى بەلەۋ زەھمەتە.

كەيى (Deafness)

پاش ئىرۋەندى زانىمان گۆيى چۆر دەرىۋە ۋە چۆر بەكەرى ھۆي ھەلەستىت، ۋە ھەل بەشى چۆر شەپۆلى دەنگ دەگەيىمىتى. ئىۋەكە ئىتۋان بىزانىن كەتەكەر ھەچ بەشىك لىرۋەندى ئىمىتىت بەگۆرۋە يىتۇست ھەلەستىت دەپتە ھۆي نەگەياندنى بەشىك يان ھەمىر شەپۆلى دەنگەكان ۋەدەپتە ھۆي كەرى كەرى بەمانايى زانىستىۋە پىزىشىكى جىۋاۋە لىرۋەندى بەمانايى كۆمەلەيتى ۋە بەر مانايى لىنار خەلگەدا پاۋە.

كەرى بەر مانايى لىنار خەلگەدا پاۋە، بەۋانە دەلەن كەتەيىستىن، ۋاتە كىم ئىندام بەلام لىرۋەندى پىزىشىكىۋە كەرى نىيىستە كەم يىتت يان زۆر ۋاتە كىم يىستىن لىچەند پەلەيەكى كەمىۋە چەند (dB) ھەتا نىيىستىن تەۋار. ئىتە لىم باسەمەندە كەرى بەمانايى پىزىشىكى دىت.

كەرى لىزگەكەۋە يان لىسەرتەي ژيانىدا يىتت ئىرۋەندى مىنال فېرى قەكەردن يىتت دەپتە ھۆي لىلە كەدەرتىت (كەرىۋەل) (Deaf Mute) چۈنكى مىنال بەھىرى يىستىۋە لىرۋەندى دەرىۋە سالى ژيانىدا ھەمىر ھەلەندى قەكەردن لىمىشكىدا پىر دەپتە لىرۋەندى دەگاتە ئىرۋەندى كىمىنى دوتۇرتىت مېشكى پىر بەر لىرۋەندى ۋەئىنچا دەگۆتە قەكەردن. كەۋاتە كەم يىستىن يان نىيىستىن لىم تەمەندە دەپتە ھۆي قەكەردن يان دواكەۋەندى لىرۋەندى كەرى لىدەرىۋە ئىم تەمەندە لىسەرتەي ژيانىدا دەپتە ھۆي لىرۋەندى قە. كەۋاتە كەرى لىمەلەيۋە زۆر سەخت تىرۋەك لىرۋەندى لىمەلەيۋە گۆرۋەندى دەپتە

Dealing with

نیز توی بیجکه آمدی نهوشی تریان هدیه واک
تو و نهال (دراکمه) (موسی)

حزب که گرنه همواره مخالفت کماتازه لادایک دهیت
یوسه بزارنت بیستنی چونه هدرچنده نسه بهیج

نہر منالاندھی زیاتر بڑیاں ہدیہ گھڑیں

دور گیانه (سك) پر ڪٽوڻي هينديڪ
جوتسي ڏيٽ

۲-۳ سالہ فیملی

۱- تیری باری دھونی منال
۲- کمه هوشی له منالدا

حزب فستی موزا (Moro) یان مستارتل
(Starline) لیددنگی بهرزا وهکو دنگی پیوهانی

۲۔ ختمی ۲ مانگیہا منالی گوی گویان گوی ساغ

موجودی منالہ کہ لہکاتی بیستنی دہنگ دا

[illegible]

منازل سار بپرو شونی دنگه که وود اگیریت هرچند
دنگه که برزیت بان نرم.

۵- مثال له (۷) مانگیږو، تا سالو نیو هرچنده

لەمناڵە کۆمەڵە بۆ مەناڵەکی تر جیاوازا . مەناڵە لەبەرەوێ
دایکیدا را داوە نەتێ وە بە کێشک لەبەرەو مێشکە خەریکی

دو کات ویدیه کتکی دیکه لعدوایره چند دهنگینی
دخاته گهر واکو (لندانی کوپی چا به گهرچک)

منالی گوئی ساغ لوانمبه لہیک سالیڈا یہک
روشه فیروبیت۔

۶- لىقتمىنى سالۇنىر بۇ دووسالۇنىر
داوا لىقتمىنى دىگىرىت مىندىك كار بىكات قونە لىقار

یاربہ گانیدا داوای لئ دہ کرت (تھر بوو کم : بدھری
منالی گوئی گر لوانہ یہ بوو کہ کہ لئاو ہموو

ياريه گاندا د پوهېتنې .
يان پټې دولتيتم (گامديه لورتن) نه وړش دست

۷- لایمونی دروسال بق پیئج سال (۲-۵) سال

منال داواي لى دىكرت همدىك روشه بليت .
جور روشه به كار نهيتريت :

(3000 Hz) - s s s - س.س.س
(5000 Hz) - o o o - و.و.و
(10000 Hz) - m m m - م.م.م

۴۴۴ - III III III - (1000HZ)
یان به کارهتانی تامیری موسیقا بو نم مدهسته
۸- لیسرو تمهینی ۵ سالیدا

لیتر منال هژیو لهی ههیه که جوړه ها لهی بگر
به هژیو به کارهیتانی نامیری ساکاروه وه کو (الشوکه)

الرنانه (Tuning fork) و هتا فنهسری
هتلكاری گوی (Audiogram) و جوره

فہمی دیکھ بہنامیری تازہ پشکوہو
بہام شان بشانی نعمانہ ہموو دکتور ہموو

دہشت فہمی گریزی مثالہ کہ بکات ہروہا فہم
 نورگو لوت وہ دیسان فہمی گشتی ہموو لہش
 بکات بنانت ہستہ گشتی لہش کہسہ رادہ

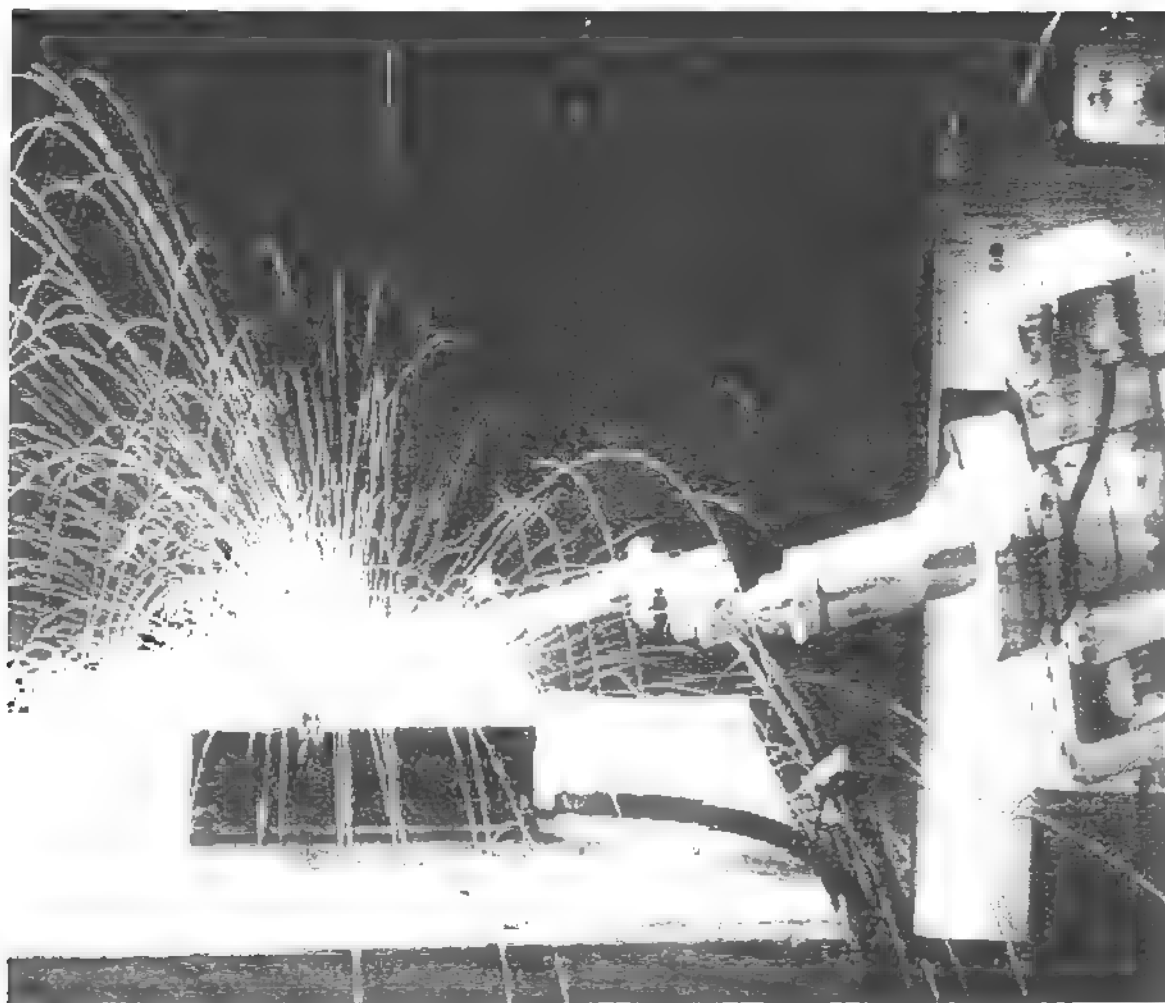
نقلی. و همسور هویه کی کم بیستنی یان نه بیستنی
بارسنگ بکنت چونکه چارسور گردنی کهری

چارسه کردنی هوی کپریه کدویده، نایا هویه ک
زگاکبه یان هوگردنه یان هوی دیکهیه.

— ۱۰۰ —

داستانی کانزاکان

ثاماده کردنی : جه مال عه بدول



گوزمۆنك 1...

سەدان سالتە ،كانزاکان دلتسۆزانە خزمەتی مەژۆف ئەگەن و
 بـەـمـحـتـیـ ئـەـمـ کـەـبـەـسـمـ رـوـوـاـوـە سـرـوـشـتـیـیـە کـاـنـدا زـاـل یـیـت و
 جـیـنـیـیـە کـاـنـی سـرـوـشـت بـلـۆزـتـمـوـە و بـزـۆـتـن و ئـامـیـری نـایـسـاب
 . جـیـنـیـت . جـیـهـانی کـاـنـزاکان ، دەرلەمەندو سەرنج راکێشە و
 هـەـسـتـیـکـان هـاـوـیـی زۆر کۆنی مەژۆن ، وەك مەس و ئاسن و
 تـەـقـرـۆـم و جـیـو و زـۆر و زـیـو و تـەـقـەـکـە و ئـەـم هـاـوـیـیـەـتـیـیـە زۆر
 تـۆـز و هـەـزـاـرـان سـاـل درۆژنـیـیـەتـمـوـە ، کـاـنـزاکـان هـەـیـە ئـەـم
 . یـەـنـدا دۆزراوتـمـوـە ، (گەوشی کـاـنـزاکـان سەیر و فرە جۆرە) ، بۆ
 تـۆـز جـیـو ، ئـەـ سـەـمـای زۆریشدا نایبەستێ ، تەنگەست
 . یـەـنـهـم (بـەـگـۆـی هـەـمـوـ گـۆـتـک تەگـۆـت هـەـرچـەـنـدێـک
 تـەـمـیـش یـیـت ، لـیـیـمۆـم ئـەـتـوـاـی مەلوانیکی کارامەیی و
 خـەـسـی سەراو بکەوت و نیوی ئاوی ئاسایی قورسە ،
 مـەـ ئۆزیمۆم ، پـاـقـوـاـی کـاـنـزاکـا قورسە کاتە و وەك بەرد لە ئاودا
 خـۆـ ئـەـیـت ، زـیـو ، تـەـزـۆـی کارەبا بەباشی ئەگەینەیت ، بەلام
 تـیـتـۆـم نایگەینێتی و توانای کارەبا گەیانندی سەمە ئەوەندە
 . هـی زـیـو کـەـمـتـر ، ئاسن لە هەممو شوێنتیک هەیه ، کەچی
 جـۆـمۆـم زۆر دەگەنە و دەرکۆلەیهکی بەهای بۆ دانانرت و
 جـۆـمۆـم خاوتن ، سەدان ئەوەندە زۆر گرانیە

مەلام ، هەرچەندێک روشی ئەم کـاـنـزاکـا جـیـاـوـز هەمەجۆرین
 هـەـمـوـیـان سە بەمخیزانیکی گەورەن کە خیزانی کـاـنـزاکـا ،
 . یـەـنـ کـێـب لە سە کـاـنـزاکـان نوسراوە ، بەلام ئـەـم نووسیندا
 . یـەـنـهـم کـان ، کـلاسیکیانە ئەگێرداوتـمـوـە ، بەـلـکـو
 خـتـاـزـنـکـی تـایـبـەـت مـیـژوـی پـی سەممو راسی و رووداوی
 هـەـژـن و سەیر ، نووسراوە کە هەندیکیان زۆمانسی و
 هـەـنـدیکیان پـیـکـەـنـیـاوی و هـەـنـدێ جـاـوـش تـراـژـیـدـیـن و
 . یـەـنـهـم کـان بۆ هەممو کەس پـیـوـسـتـن ، بۆ هەممو ئەوانە
 سـەـوـی فـیـزـیـوـن و ئـەـنـسـتـیـا و ئـەـنـ گـرـگـن ، لەلاوتـکـەـو تـاـزە
 یـیـ ئـاـوـە هـەـنـگـاـو سەراکـاـی زانست و تـاـهـگـاـه پـیـاـوـنـکـی
 کـەـمـل کە زۆر دەمێکە چەند قوناغیکی خۆنەندنی بـیـوـه ، بەلام
 هـیـشـا پـەـوـشـی زانست و قولکردنەوی زانیاریەکانی و زۆرتر
 پـیـ بـەـنـه بە نۆتـیـیـە کـاـنـی گەورەن و دەروەری

Fe ئاسن

کـێـشـی گەردیلەیی (۸۴ و ۵۵) ، گەردیلە ژمارە (۲۶) ،
 هـۆـتـاـکـاـی (Fe^{56} , Fe^{54}) ، هـاـوـهـیـزـیـە کـاـی { ۲+ , ۳+ }
 { ۴- }

کـۆـرـتـیـە کـی مـیـژوـی و بـوـسـی تـۆـژـنـمـوـه نـۆـیـە کـان ، ئـەـم
 . یـەـنـهـم کۆنە ئاسەلێتن کە مەژۆف پاش سەردەمی برونزی لێتی

ئاسنسازی بوو ، بووتە هەتییه کانی کـاـنـزاکـان ئاسن ، ئە
 سەراوە کەردەمی دروستکردنی چەك و ئامێرە سەراوەتایه کـان
 بـوـون بـەـسـاـرـی کـوتـان و ، ئـەـم دـاـیـەـدا لـیـکـرـدـنـەـوـی خـاـو
 ئۆکسیدەکانی ئاسن ، ئەگەل خەلۆزی دار ، ئە چالێ بچوک و
 ئاگری کراوەدا (سەراوەشراو) ، کە هەوا بەشداری تێدا
 بکات ، بەیاریدی موشەدەمەیک لە تەنیشتمو ، پەیدا بو ،
 ئـەـم ئاسنە لە سەردەمی یۆنانییه کۆنەکانو ، بەخەلۆزانـیـکـی
 تـر کـراـوـە بـیـوـا ، کە بۆ نۆکە نێزە و چەقۆسازی بەکار هێنراوە
 ، تـاـلە سەدی شازدەیمەدا ئاسنی دارشـق ئـامـادە کـرا
 . ئاسن یەکیکە لە توخە زۆر بلاوە کـان ، نـۆـیـکـی ۵% ی
 تـۆـنـکـلی زەوی یـتـک دـیـنـیـت ، وـاتـە ۷، ۵۵ X ۱۰^{۲۷} تـۆـن و ، ئە
 هـەـمـو توخە کـان زۆرتر لەپـرـشـک و تەلـمـۆـمـی نـەـیـزە کە
 ئاسنە کـاـنـدا هـەـیـە ، بـۆـیـە دەشـن لەناوکی زویشدا هـەـیـت و
 نـیـوـی ئـەـم تەلـمـۆـمـانە لە بەردەستان ، ئاسن و ۹۰% زۆرتـریـان
 ئاسنە ، ئەو ئاسنە بـنـچـیـنـە کـی تەلـمـۆـمـی نـەـیـزە کە ، ئەگەل
 ئاسنی زەمیندا جیاوازیان هەیه ، بەهۆی دروست بونی
 هـەـنـدێ شـیـوـی دـیـاـرـیـکـراوی بـەـتـرـشـی رۆن داخسوراوە ،
 کـەـبـەـنـاـی دۆزراوە کەیانەو ئاوتراون (شـیـوـە کـاـنـی فـیـدەـمـان) ،
 لە بەرئەوی ئاسن لە شەپەنگی خۆدا زۆر بـەـتـن دەر ئەکەوت ،
 پـیـوـسـتـە ئـەـو رەچاو بکرت کە ئاسن توخنیکی گـرـگـە ئە
 هـەـمـو رستی گەردوندیاندا .

بە وردە شیکاری دەرکەوتووە ، کە هیچ جیاوازییهک لە نـیـوـان
 کـێـشـی گەردیلەیی ئاسنی زەمینی و ئاسنی ئاسمانیانیه ، ئە
 مـشـەـو بـۆـمـان دەر ئەکەوت کە هەممو ئـەـسـتـیـرە کـاـنـی رستی
 گەردوندیان ، ئاسنیان بەهەمان پـیـکـهـاتـنـی تـیـکـەـلـی
 هـاـوـتـاـکـاـی زەوی تێدا یە ، ئەمە بۆ هەممو توخە کانی تریش
 هـەـر راسـتـە ، بەهیتی سەراوێ دـیـاـرـیـکـرـدـنـی کـێـشـە
 گەردیلەییە کـان لەگەل ئـەـم زەمینی و ئاسمانیاندا کە تـاـئـیـسـتـا
 کـراـو ، گەورەترین مەلەبەندی خاوەکانی ئاسن لە تۆنـکـلی
 دەرەوی زویدا ، هەممو ئـەـم کەلەکە بـۆـیـە خـەـتـاـنـی ئـەـم چـیـنـە
 کـلـسیـاـنـیـە ، کەلە پـۆـی دەرەکانو ئاوەی سلیکاتیان سـیـو و
 پـەـسـند ئەکـرـت کە بەشـیـکـیـان لـەـبـاری شـلـیـدا بەشـیـوـی
 $S + Fe$ (چەری کانکیش) لە تیکەلە کە جیا بـوـنـەـتـمـوـو
 بەشـیـکـیـشـیـان بەشـیـوـی ئاسنی موگناتیسی Fe_3O_4 ،
 تـاـئـیـسـتـاش مەلەبەندەکانی خاوی ئاسنی موگناتیسی
 بەشـیـوـیـە کـی فـراـوان کـاـنـزاکـاـی نـاـکـرـت و گەورەترین مەلەبەندە
 جـیـهـاـنـیـیـە کـاـنـی خاوی ئاسنی موگناتیسی ، لە کـیـزـیـای بـاـکـۆـری

سویدا .

خواردنی همندی دهرمانی ناسراوی تری تیدایه کله
سوده سدا بغاوبانگ بوون وک (ناسنه بهر) و (ناسناو)
و (ناسنمه) ، همدی ترشی تری که براده ناسنی
تیده کریت و ، دهرمانیکی چاک پیک دینیت پیی نه لاین
ناسنمه .

ناسایشه ، نه خوش له نیوی دوهی سدهی بیستمدا
براده ناسن نه خون ، بهلام زور ناویتی ناسن همدیه کله بهواری
پزیشکی نویدا به کار نهیترئ ، همدی وک همندی ناری
کانزایی ، کفاسنکی زوریشیان تیدایه . ئیستاش با پیینه
سر چوکی به کم سرچاوی ناسناو له روسیا ، سالی ۱۷۱۴
روژیک له روژان ، له کاتیکدا ئیغان ریویف ، کریکاری
کارگی مس تواننده له سر شاری کوئشزرسک کفنه خوشی
دلی همدی زور خاوه دویشت ، له نریک زه لکاوکی فره گانه
ناسنی نریک دهریاجی لادجسکویا وه پیاسی نه کرد ،
کانیسه کی برچاوه کسوت ، که تاوه کی خوارده وه لهوه دوا
سیروژ له سر یلک لهو کانیاوی خوارده وه متاوه کو بهتمواری

له نه خوشیه کی چاک بز
که قهیسر پتروسی به کم ، ئوباسی بیست دهرمانی دا
ناوی بنین ماریساو (بغاوی خوی شهرو ناسن ، ماری) نریک
شاری ئولوننس ، قهیسرو خیزانه کی چند جارتک سری لهو
شوتنه یان داو له تاوه کی خوارده وه ، پاش کوچی دواپی
قهیسر کانیه که فراموش کراو کس بایخی پی ندا ، ناسن
له زور کوئمه بهروشی باش ناسراوه بتاییه تی رهوشه
موگناتیسیه قهشنگه کانی ، بؤونه میسریه کوئنه کان لهو
باوپره - دابوون که موگناتیس بهسر مردندا زال نهییت و
ژیانکی همدیشهی دهمبره نکات و ناموژگاری نه خوشیان
نه کرد که براده ناسن بخون ، جالنی توژیاری پزیشکی یونانی
، موگناتیس بهصاده به کی ریخته نسرم کمره داده ناو زانی
بغاوبانگ ئین سینا دیدا بهوانی توشی غمکو و دله راوکه
نه بوون .

ناسن همدیه دنیا بز لهشی گیانمور بهسود نیه ، به لکو بز
روو کیش بهسوده ، له سهرهای سدهی هفده سدهدا ، کیمیا
زان و پزیشکی فرهنسای لیبری ، ناسنی له خوله میثی
گور گیای سوتاردا دوزیمو لهوودا دهرکسوت که نسرم توخه
له پیکهاتی همدی روو کیکدا همدی بز دروست بوونی
کلوزفیل پیوسته ، ناسن له نهمزه کانی همناسدندا همدیه
کارکی زور نه کاته همناسدانی روو وک ، لیردا سهر نهویه ،
خو هله واسه دهریایه کان بؤونه ، له سالتیکدا نیو ملیار تون
ناسن کار نه کم ، واته نریکی نهوندی بهرهمی ممدو
کار که کانی کانزاکردن له جیهاندا

هر همدی کلوزیمنی ناسنی تیدایه ، تنه اوک همدیه کی
ترشع کواستنهو بؤخانمی همناسه به کار دیت ، له وئشهوه
جیه نه دینه نهمزه کانهو له زور کارگیری یاریده دهری
ترشع کانی همناسدانا ، کسرتین لهو ناوخته ناسنانهی
به عین . کله پیکهاتیاندا له همدی کلوزفیل نهچن و همدی
نریکی ترشع کانی همناسدانا له چرکبه کدا نریکی
۱۰۰۰ گره نوکسین نه گورنسهو ، لیردا نوکسین
له جزیرنی ناسن نوکسناو بهرهمی کی بالا ، له سهر تادا
یه ، نیت ، ئینجا ناسنی دووانه هاویتی و همدی ها .
همه کوتایه کانی تالوگوری مادهی ناسن له جگه دوا
جیهته ، ئینجا بهواری ریخته کانهو جیهته

هری ناسن بز پیکهاتیانی کلوزفیل پیوسته ، له گمل
هره که کلوزفیلی خاوتن ناسنی تیدانییهو به زوری رهنگه
هره کارایه کی یاریده دهری نوکسناو رهفتار بکات و
هری ناسن نواندن ترشی کاروینکی ناسایی تیک نه دات .
هری رنگی خوینی زندهوور سور ده کات همدیه
همه گره . خوئنه گیان سوز و ناسیش له پیکهاتیاندا همدیه
هری بهرهمی نهو نیردراوه زانستیه سؤقیمتییه له
همدی باشوری زوی ئیش نه کات ، ماسیه کی ده گمنی
هری بهیته دوزیمو که خوئنه کی وک ناو بی رهنگ و
ته . بویان دهرکسوت که رادی ناسن له خوینی هم جوره
سید . دهری کی هی خوینی ماسیه خوین سووره کانه .

هری فرهنسای له سدهی رابردودا بز یه که همناسنی له
هری میژدا دوزیمو و نه گپرنهوه که خوئند کارکی بهشی
به . بهر نهوی هم همناسی بیست ، بریاری دا له ناسنی
هری خوی دیاریه کی پیکهاتی دلداره کی بکات ، بز
هری هرچار خوی بریندار نه کردو لهو خوئنه کی که له
یه کی نه هات ، کوئ نه کردوور ئینجا بهرهمی کی
جیه ناسنی لی دهر نه هیتا ، بهلام هم دلداره بهسزمانه ،
همدی کم خوئندا هرده ، پش نهوی بتوانی بریکی
هری ناسن کوپیکانهو که بهشی دروست کردنی لهو دیاریه
هری چونکه همدی نهو ناسنی له خوینی میژیکدا همدیه له
جیه گومیک تی ناپیوت .

هری کیمی بری ناسن له خوئندا ، همندی دیاردهی
هری نه میژد دهره کوی ، وک همدی به مانهویتی و
هری کردن (لهش - داهیزان) و سهر ئیشهو بهدخاوی ،
هری هر له کوئمهو له کاتی پیوستیدا جوره ها دهرمانی
هری نه خواتمه ، لسانی ۱۷۸۲ دا ، له گورقاری نابوریدا
هری بلوکرایمه که له همندی باردا ، خودی ناسن بهرونی
هری نه گمل شه کردا بخوریت و له همدی ووتاردا ناموژگاری

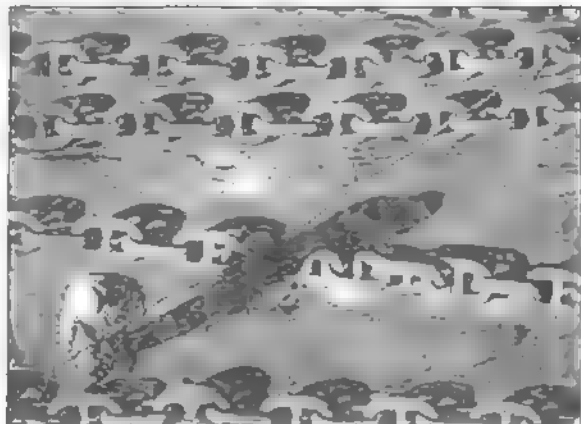
کردیو ، ھەركەستیان كره بەخواردن و خواردنەو ، لە پە
گۆنیان لە دەنگی شا سلیمان بوو ، پرسی :
ئەو پێشە گەران ، کامتان لە ھەمووتان زۆتر دەستی
ھەبوو لە دروستکردنی ئەم پەرستگا سەرسوڕھێنەرە ؟ ،
یەكسەر یەكێ لە بەناکان ھەلسا و ووتی : ئاشکرایە
کە پەرستگا کە بەم دەست و پەنجانی ئێمە بەرد بەرد ھەلسان
چنیو و بەرمان کردۆتەو تاهەتا دەیتیتەو و شا سلیمان
بە ئەمری ئەمەیتیتەو .

یەكێك لە دارتاشەکان ھەلی داو ووتی :

یێگومان پەرستگا کە بەبەرد دروستکراوە ، بەلام ،
میوانە ئازیزەکان ، خۆتان بریار بدن ، ئایسا ئەگەر ئێمە
بەشداریمان نەکردایە ئەدروستکردنیدا ، ئاخۆ دیمەنی ئەم
دیوارانە چەند خەمتاڵ ئەبێو ئەگەر بە سورەدارو ئورزی لێیان
نەمان رازاندایەتەو ؟ سەیری پەرستگا کە بێکن گەلە باشترین
دار گۆزێ دروستمان کردووە ، بۆیە مافی ئومەمان ھەیە کە
خۆمان بەپەسەندترین کەسی بزائین ، ئەدروست کردنی ئەم
کۆشکە ئەندێشەمەدا .

کرێکاریکی ھەلکەندن ، قەسەکی پێ بۆ و ووتی :
سەیری پەنجاو پەنجا بێکن ، ھەز ئەگەر بزائم ئەم قەسە زانە
(ئاوی داو بوو دەستی درۆزکرد بۆ دار تاشەکان)
ئەگەر ئێمە پەنجاو پەنجا بێکن تۆ کەممان بۆ ھەتە کەندایە ، نەمان
چۆن ئەم پەرستگایەیان دروست نەکرد و بۆ را نەگێرا و چۆن
دیوارە نەخشاوێ رازاوەکانی ھەلکەندایە کە گەز ، بەیە کەم
رەشبا تێک و پێک ئەچوو ؟
شا سلیمان ، بە وریا و دانا ناسرابوو ، بەناکەمی بانگ کردو
لێی پرسی :

کێی گەلەپەلی پەنجاو پەنجا دروست کردووە ؟ ، بەناکە
بەسەرسوڕمانووە ووتی : یێگومان ئاسنگەر . ئێنجا پاشا
رووی کردووە دار تاش و لێی پرسی ، ئەو کێی گەلەپەلی
دارتاشی دروست کردووە ؟ وەلامی ئەریش ھەرنەبوو : گەرەم
تۆ لە ھەمووان زانائێ ، ھەر ئاسنگەر . ئێنجا رووی کردو
کرێکاری ھەلکەندن و لێی پرسی ؟ ئەو کێی پاج و پێشەو
خاگەنازی دروست کردووە ؟ وەلامی ئەریش ھەرنەبوو ،
جگە لە ئاسنگەر کێ ئەتوانی دروستیان بکات ؟ ئومەشا
سلیمان ھەلسا رووی کردووە پیاویکی سادە و ھەمووچا و پو
چلەن و رەش ، کە ئاسنگەر بوو ، داوای لێکرد لە ئاوەراستی
ھۆلە کەدا رابووستی و ئامازێی بۆ کردو ووتی : لە
دروستکردنی ئەم پەرستگایدا ، یەكەم پەسەندی و شکۆ
گەرەیی ، ھێ ئەم پیاوێ بە بانگی کردو لەی خۆسەو و لە
سەرووسییەك دایناو پەرداخیك مە پێشکەش کرد . ئەمەبوو



ئاسن ، پەپوھەندییەکی توندوتۆلی سەووە بە پێشکەوتنی
شارستانی مەرقایەتییەو و زۆر سەمەلە خشتەمی خولیدا
توخمیکی تری ھەلکەن ئاسن پەرزۆتەو کە ئەو پەپوھەندییە
ھەیت .

سەوۆ بەدروزی سەو و سەلەکانی رابردو ، زۆر
رەزی ئاسن و ئەو کسانەشیان گرتووە کە دەری ئەھیتن و
سازێ ئەکەن ، لە چەرە کۆنەکاندا ، ئاسن ، لەی ھەنێ تیر و
ھۆز لەزێر گرانتر بوو .

ئەگەر ئەو یەكێك لە فەھەوونەکانی مەیسەر ، داوای لە پادشای
جیپەھکان کرد کە لە جیاتی زێر ، ئاسنی بۆ بنێری ، کە خۆی
ووتەنی ھەلکەن پیاوان ھەیبوو ، بەلام ئاسنی کەم بوو ، تەنھا
پیاو ساقوول و خاندەنەکان ئەیان توانی خشتی ئاسن بکەن
بەخۆیاندا ، کە لە زێر گیرابوون ، بەلام پێشکەوتنی کازاسازی
کارێکی وای کرد ، ئاسن وردەوێ زۆتر و ھەرزاتر بێ ،
لەگەڵ ئەویدا ، زۆری گەلە گەشەندەکان کە سەکاڵای
نامە کەیان ھەبوو ، تانەم داوایانە زۆر بە گران ئەیان کەری
جیمس کورکی دەریاوانی بەناویانگی ئینگلیزی لەسەدی
ھەژدەمەدا بای پەرزۆشی خەلکی دوورگەکانی پۆلینیزییا بۆ
ئاسن ئەگرتەو ئەو : (ھێچ شتێک دانیشتوانی ئەم
دوورگەکانی ھەن ئەندەو ئەنەخرۆشاند بۆ دیدەنی کەشتییەکانمان
، ھەر ئاسن لەی ئومان کالای پەسەندو گران بەھابوو ، رۆژێک
دەریاوانەکان ، بەرازیکیان لێ کرێبوون بە بزماریکی ژەنگنی
کۆن ، جارتیکی تریش ، بەبەشی چەند رۆژێکی دەستێ
کەشتییە کە ماسی ، چەند چەقۆ کۆنیکیان داوون)

پێشە ئاسنگەری ، بەدروزی و زۆگار ، شکۆمەنگترین
پێشەبوو ، ئەفسانەییەکی کۆنی سی ھزار سال لەمەو پەر ئەو
ئەسلێتی ، پاش دروستکردنی پەرستگای ئورشلیم ، شا
سلیمان بانگھێشتنیکی ساز کرد ، ھەموو پێشە گەرەکانی
بانگ کرد کە لە دروستکردنی ئەوینا گەرەیدا ھاوکاریان

ھەممەت. نامانمۇ بۇ يىل رۇدۇدەكە ئاسان يان نا ، بەلەم
مەنچىنىڭ يىتى ، نىشانى ئۈرۈپ كەلمەكچى لى كۆنۈم چ
- يىچىكى بە ئاسان داۋە .

بەلەم بە يەكەم پارچە ئاسان كەلە چەرخە كۆنەكاندا دەستى
- تى مەركەتتى ، لى بۆشايى دەرىۋە ھاتتۇ ، ئاسان لى
يىنىتى نەزىرەكاندا ھەيە كە دەكۈنە سىر زەۋى ، بۆيە
يىنىتى مەركەزىيە كەلە زەمانە كۆنەكاندا ، بە ئاسان
- تىرە ، بىرە ئاسمانى) ، لى ھەممان كاتىشىدا زۆر لى زانا
ھەممەت كەلە كەلە كۆنەكانى سىرە ھەزەلەم ، باۋەريان وانە بۈۋە
- تىرە نە دەرىۋە زەۋىيە ھاتتى .

ھەممەت ۱۷۶۱ دا ، نەزىرەكەلە نەزىك شىرى واگراسى
- تىرە يىمە كۆنە سىر زەۋى و چىل سال دۋى ئىرە ،
- تىرە شتوتس كە خەلگى ئېلىنما بو ، لى بارى ئىرە
- تىرە نەزىرەسىمىتى و ئەللىت (ئىزان زەۋىيە خەلگى لى
- تىرە . تەننەت پۇختى زۇنكەلە كاتىشىپان ، لى سالى
- تىرە . باۋەريان و بو ، كە پارچە ئاساننى لى ئاسمان كۆتۈرە
- تىرە . بۈۋە تاگادارىپان لى زانستە بىنچىنەيىپەكاندا لىرە
- تىرە ھەممەت كۆنۈم ، بەلەم باۋەرىيە بۈۋە تەۋە ھەممەت
- تىرە ھەممەت دادەرتتە كە لىبۇردىنى نىيە)

نەزىرە زانى فەرىنسا ئاسرا ، لاۋازىي ، يەكەلە لى
- تىرە نەم بۆۋە بۈۋە ، سالى ۱۷۷۲ بۆۋەنى چەنە
- تىرە كەلە پەنەنە كە ، كە (لى رۈۋى فەرىنسا ، كۆنە
- تىرە بىرە لى ئاسمان نەشپاۋە) .

نەزىرە زانى فەرىنسا ، سالى ۱۷۹۰ ، بىرەرىكى
- تىرە دا ، كە لى ھىچ ھەللىك ناكۆلرە دەرىۋە كۆنە
- تىرە نەم نامۇ لى ئاسمانمۇ بۈۋە سىر زەۋى شىتىكى
- تىرە ، بەلەم نەزىرەكەلە گۈتپان نەدەيە ئىرە بىرەرى
- تىرە نەكادىيە فەرىنسا ، ھەممەت ئاساننى ،
- تىرە مەنەم سىر زەۋى و نەمەش كەلە زاناكانى ئىرە ھەممەت
- تىرە كە .

بىش ئىرە زۆر ئاستى دەرىۋە نەم ديارەيە كۆنۈم ()
- تىرە نەزىرە ، راستىش ئاسرا ئاشاردەرتتە ، نەكادىيە
- تىرە فەرىنسا ، سالى ۱۸۰۳ ، دانی نا بىرەرى ئاسماننى
- تىرە ، لىرەكاندا بىرەرتتە سىر زەۋى .

سالانە بىرە ئىچىگەر زۆر مەدەي نەزىرەكى كە بە
- تىرە ھەممەت نەزىرە ، نەكۆتتە خوارەۋە رىۋە
- تىرە نەزىرەكەلە ۹۰ % ، گەۋەرتىن نەزىرەكى ئاساننى ، سالى
- تىرە ۱۹۰۰ نە بىشى باۋەرىيە خۇراۋى تەۋەرىقيا كۆتە خوارەۋە و
- تىرە نەم نەزىرەكى ناۋى جۈيايە (۶۰) تۆن بو ، لى سالى
- تىرە ۱۸۰۰ دا تۆۋەرى ئىمەرىكەي بىنەۋىيەگە لى بۈۋە جەمەرى

باۋەرىيە ، رۇبەرت بىرى ، لى سەۋەلەندەن گىرەلەندە
- تىرە كەلە ئاساننى (۳۲) تۆنى دۆۋەمۇ كە زۆر بەگەرە
گۈزەلەمۇ بۈۋەرىيە و تا ئىستاش لىرە پارىۋە
- تىرە ، باۋەرىيە بىرى تەۋەكەت ، كە زۆرى پىشۋازىي
- تىرە گەۋەرىيە لىرە گەۋەرت و قورسى لى ئاسمانمۇ كۆرۈە ،
- تىرە سالى ۱۸۹۱ ، لى بىبابانى ئارىۋە چاللىكى گەۋە دۆۋەمۇ ،
- تىرە كەلە ۱۲۰۰ مەرتە قولىيەكى ۱۷۵۰ مەرتە بو ، كە باۋەرىيە
- تىرە لى نەۋەمى كۆتە خوارەۋە كەلە نەزىرەكەلە لىرەكانى
- تىرە پىشۋازىي پەيدا بوۋى .

ئىمەرىكەيەكان سەۋەرىيە زۆر بايەخپان بىرە نەزىرەكەلە
- تىرە بىبابىيە ھەممەت بانگەشەكە لىرەمۇ كەتەپورت پلاتىن
- تىرە لىرەكاندا دۆۋەمۇ ، يەكەم كۆمپانىيەكى فرە بەشدار
- تىرە پىشۋازىي بۈۋەرىيە ئىرەگەرتى لىرەۋەرىيە پىشۋازىي بەلەم ،
- تىرە دەرگەۋەرىيە لىرەمۇ (لىرە ديارىيە ئاسماننى)
- تىرە ئاسان نىيە : چۈنكە ئىرەمۇ ئىرەمۇ چالگەنەكە
- تىرە (ھەلگەلەكە) كەلەگەشتە تۆۋەلى بىنچىنەيىپە نەزىرەكە
- تىرە ۴۲۰ مەرتە تەشكەر ئىشەكەيان و ستاندا پاش
- تىرە ئىرە خەۋەرىيە ئىرەمۇ دىنەۋەرىيە كەلەتەن لىرەۋەرىيەكانى
- تىرە ھەلگەلەكە نىيە . زاناكانى لىرە باۋەرىيەدان كەلەتەن ئارىۋە
- تىرە چەنە دىيان ھەزەر تۆۋەرىيە قورسىمۇ دۈۋەرىيە شارەۋەرىيە
- تىرە كانگەرى سەۋەرىيە بايەخپان پىشۋازىي .

لەۋەرىيە ئاستى نەزىرەكەلە چاۋخۇيا سازاندەن ئاسانە ،
- تىرە مەرتە دەستى كۆرە لىرەۋەرىيە ئاستى سەۋەرىيە ، بەلەم
- تىرە بەدەخۇرە نەزىرەكەلە بىرەرتتە پىشۋازىي خوارەۋە ،
- تىرە كاتىكدا پىشۋازىي ئاسان يەكەنە بو ، لەۋەرىيە مەرتە
- تىرە بىرەرىيە فەرىيە ھەممەت ئاسان بىرەرتتە لىرەۋەرىيە .

لەۋەرىيە ئىرەكەلە مەرتە مەرتە بىرەرتتە نەك ھە
- تىرە لىرەۋەرىيە ئاسان وەرگەرت ، بەلگە سەۋەرىيە لىرەۋەرىيە
- تىرە ۋەرىيە وەرگەرت سەۋەرىيەكى ئىرە ھەتە پىشۋازىي كەسەرىيە
- تىرە ئاسان شىۋەرىيە بىرەرتتە گەۋەرىيە .

لەۋەرىيە خۇراۋى دەرپەرىيە ئىرەۋەرىيە ئىرەۋەرىيە
- تىرە پىشۋازىي ھەلگەلەكە ، نەم ھەزەر ئىستا بايەخ بەكەشتە كالە
- تىرە ئازەل بەخىۋەرتتە كەشتىيەرىيە مەرتە قارەۋە چا نەدەن .
- تىرە ئاستاش خەلگى ئىرە ھەزەر كەلەپەلى ئىشەرتتە پىشۋازىي
- تىرە كانزىيە تىرە لىرەۋەرىيە ، چۈنكە ئاساننى نىيە ، بۈيە تا
- تىرە مەۋەرىيە دۈۋەرىيە باۋەرىيە و بىرەرتتە لىرە ھەزەر ھىچ
- تىرە لىرەۋەرىيە ئاساننى ئاساننى . بەلەم پاش ئىرە زانا
- تىرە مەرتەكان (ئىرەۋەرىيەكان) بەدەۋەرىيە لىرەۋەرىيە
- تىرە ئاساننى كۆلەمۇ بۈۋەرىيە دەرگەۋەرىيە باۋەرىيە بىرەرتتە
- تىرە بىرەرتتە ھەلگەلەكە پىشۋازىي ھەشتا سالى ھەزەرەكە

لمسده گانی ناوړه استاد خاوه گانی تاسمیان فی دهرنه هستان او
نویس جرنکی تر مسلماندي گه ناستی کارنگیریو چه گازی
نمسلمه کان لیر مسره مدها چهند برز پروه

له کاتیکدا نهندا زیاره سؤقتیه کان بئندی ئوسرانیان له میسر دروست نه کرد شوتنه وارانسه کان خهیریکی کنه پرشکین بوون لیبیابانی نوبه دا که وادانابو نوای نیل یاش تمواو بوونی بئنده که دای بیوشن.

[illegible]

نامن له همدرو
توخه کان بلاوتره
لمروزه وی نریکی
۵۰۰ کیشی توکللی
زه وی پیک دینیت
کده کاته:

V

تو بنده لام چلیہ کی نہم
برہ ہشتوی خاؤگہ
کودہیتہرہ کعبز
دوہیتان نہشتی
گرنگترین خاؤہ کاسی
فاسن نہمانہن:

مه گنیتایت، هیما تایت و ناسنی قاره ییو سیدرایت .
مه گنیتایت نزدیکه ۷۲٪ ناسنی تیدایمو وک بهناو کیدیا
دوره کسرت روشی موگناتیمیتی (ناسنیکشی) هدیه
هیما تایت یان سورو ناسن، ۷۰٪ ناسنیو ناوه کمی لدرشی
(هتما) بۆ ناسنیوه وهر گیاره بهمانای خونن.

هۆیه‌گانی گنهر پشکینی خاوه‌گانی ئاسن له‌کۆندا زۆر سه‌یربوو داریکی تایه‌تی جادویی یۆ ئو مه‌سته به‌کاره‌نراوه‌ که‌داریگۆزبووه‌ سه‌رنکی دوفاقی بووه‌، پشکیاره زویرانه‌ که‌ هه‌ردو سه‌ری داره‌ که‌ به‌هه‌ردو ده‌ستی تونده‌ نه‌گۆزێو ئه‌روات، نه‌گۆر یه‌وێ له‌کاره‌ که‌یدا سه‌رکووتوویی، ئوا یه‌یوسته زۆر به‌وردی به‌وریایی (رتعمایه‌ ته‌کنۆسازیه‌کان!) جی‌به‌جی بکات، که‌ نه‌ئیت نه‌ی به‌دوێزایی ئو هاویه‌ په‌غه‌گانی ده‌ستی روو ئاسمان یی، خۆ نه‌گۆر سه‌رکووتوو نه‌بوو (که‌سه‌رنه‌ که‌وتن تێبجار زۆر بوو) گوا گوناهنده‌ که‌ نه‌خایه‌ ته‌ستۆی وهرسانه داماره‌ که‌، که‌ به‌هه‌ری رتعمایه‌گانی نه‌کردووه‌، به‌لام نه‌گۆر نه‌م

ئەيانزانی بەباشی گوڕەیی قووج دروست بکەن کەمەترو نیونەک
 بەرزیتو، چالێکی ٤٠ سانتیمەتریشمان لەژێر گوڕە کەدا
 هەلە کەند و پێشان نەکرد لەخەلووزی قامیش، دای ئیش
 پێ کردنی گوڕە کە، خەلووزی قامیش و مادەخارە کەیان تەن فرێ
 ئەداو، بەبۆری تایبەتیدا بەهۆی مووشدەمەو هەوای بۆ ئەبراو
 پاش هەشت سەعات پەلێ گەرمیی گوڕە کە نەگەشتە ١٨٠٠
 سەدی و گەوگاتە کەوێسە خارە کە نەگۆردا بۆ کۆزەرنکی
 شەمەبوو یە کەسەر بلمووری ناسنی تێدا پەیدا نەبوو لەم
 لیکۆلینەوێرە دەرکەوت کەئەو پێرەمێردانە پەنجە سالتێک
 لەوێنیش ناسنگەر بوون بەلام هۆزە کە وایان بەباشتر زانی
 کەنامەتری ناسن بکەن. پاش کەسەر پشکینیکی زۆری کەناری
 دەرچا کە دەرکەوت (١٣) کسووری کازاگەری دۆزرا بوو

کەمباز سەڵامەتەش
تاسنیان تەدا شە
کراوە تەمە، بەمۆجۆرە
سەلاندیان کەشارستانی
ئەفریقیای کۆن دوو
هەزار ساڵێک لەوە پێش
گەشتۆتە ناستیکی
بەرز باری کانا سەزێ.

ته گیندوه سرکردی
بهناوانگ مهلاحدینی
ته ییوی له کارامهییو
هونه کانی شهردا له گه
باشای ئینگلیز رهباردی

یہ کم (کناسراوہ ہمشیدل) پیشبرگنی کردوہ، وچاردشا
شمشیرہ کی ہلکینشاو دای لہرمی بہ کینک لہسوارہ کانو
دورکورتی کرد، بؤلہوی تیزیو توکمہی شمشیرہ کیو ہیزی
نااسایی خزی پیشان بدات، سہلاحددینیش دہستہسرنکی
ٹاورشنی تہنکی ہلداو شمشیرنکی لیدا دورکورتی کرد،
پاشا لہتیزیو بہبرشتی شمشیرہ کیو تواناو کارامہیی
سہلاحددین سرسام بو۔

له گيرنډه كښاري عه جلوبونى بسا كورى نمرود
بدرستكردنى شيو پم بساوبانگ بوو و لمده كاني
ناوړاستدا چه كسازى زږر تيا پيشكو توو و بدرتياي چمن
سعدالنيك شمشيرو پم و خه بمران بؤ سوپاي خه ليه كاني
نيسلام ناماده كړدو و بؤ نوي له گل چاپ پرستو دوزمناني
تردا پښگن.

لهم دوايانهدا شونتوارناسان لهدوروبري عهچون زدد
کارگهي ناسنگريو کاني کونان دوزيره کهخه لکي



ئىتەر لىدېرە، نەپىرەت و ئىدو كارگەكە (تەبىئىي مەيدانى و مۇرتار (ھاسەن) و تەنگە و جۆرە ھا شەمەم و زۆر و قەلغان و گلا و ئاسەن و تەل دروست بىكات).

بازان قەيسەر، پەترۇسى يەكەم چۆن نىكىتا ئەتتۇفەف دىمىدۇف ناسى رۇتۇك لىرۇزان قەيسەر كەبەرە دەربى تارۇف ئەچەر لىشارى تۇلا لايدا، لىرۇ داواي كەرد چەخاخشازىكى شامەزاي بۇ بەيتەن دەمانچە بىيانىيە كەبى بۇ چاك بىكات، بۇ ئىتارە نىكىتا ئەتتۇفەفیان ھىتا بۇ لاي قەيسەر ئىمىش قىابل بو دەمانچە كەبى دايدە، بۇ سەبى بىدانى نىكىتا دەمانچە كەبى بەچاكرار بۇ ھىتايدە قەيسەر لىمە سەز سۇرما چۆن وازو چاكى كەرد، بەلام نىكىتا رەلامى دايدە: (ئىمىش روس لىمىيانىيەكان كەمەرتەن) قەيسەر لىمەلامەكە تۇرە بو بەقسە زلو خۆمەلكتىشائىكى بىنەمەي دانار دو زلمى لىتا، بەلام نىكىتا ھىچ تىك نەچەر يەكەسەر وتى: لەقسەكەم يىكۆلەمە تىنجا لىم بەدە) و ئىدەمانچەبى قەيسەر دابووسە چاكى بىكاتەرە لەباخەلى دەرىتار دايدە دەست قەيسەر، ئەوكاتە بۇ دەركوت ئەم رەستا مەزە بەشەتە تۇرەتۇتسى دەمانچەبەكى نۇبى وەك دەمانچە بىيانىيەكە دروست بىكات و ئىدەندە ورو زانايانە دروستى كەرد بو قەيسەر ھەستى پىنەكە ئەمى خۇى نىيە، ئەگەل ئەمەشا كەناسارابو بەشارەزايى زۆرى لەچەكدا، قەيسەر لىم كەارە كوتوپەرە سەرى سۇرما و خاوبوورە پىشخوشبەرو شانازى لىسمايدا دىارەدا فەرمانىدا نىكىتا بىرتە تارەست و پىنەندە تاپەتەكەنى خۇسە ھەركە كارگە نىقانەسكى نەيتوانى داخوازىيە سەربازىيەكانى جەبەجى بىكات بىرتە دەست نىكىتا ئەتتۇفەف - دىمىدۇف. ئىمىش پىوانە ھەرچىيەكى تۇانى كەردى دواي خۇشى ئەكىنى دىمىدۇف كۆرى ھەرچىيان لەتوانادابو (كەردىان) بۇ گەشەپىنەردنى كانزاسازى نىشتەمانى و ئاسەنى تۇرال ناوبانگىكى باشى پەيدا كەرد لەبازارى جىھاندا، لەنەراستى سەدەي رابوردودا رۇزانامى لىنگىلىزى (مۇزىنىگ پۇست) لەبوارى پىھەلەدانى ئاسەنى تۇرالدا ئەلەت: ئاسەنى دىمىدۇف دەرتكى گەنگە كارىگەرى ھەيدە لىمىتۇوى پىشەسازى نىشتەماندا، يەكەم جۆرە ئاسەنە كەلەبەرتاندا كراپىت بەپۇلا لەسەرەتەي سەدەي ھەزەبەمەدا كەپۇلا سەزى لاي نىيە لەسەرەتەي گەشە كەرنەيدابو، نارىانگى ئەم كەرسە باشانى لەشارى شىقپىلدا دروست ئەكەرت ھەمەوى بەھۇى ئاسەنى دىمىدۇفەيدە).

ھەر لەكۆنە بایەختىكى زۆر بەچاكى ئاسەنە كەلەبەرتە ئاسەنە دراو، ئەگەپىنە لەكۆندا چەكساز ئەم زۆر پۇلايى دروستى ئەكەرد خۇى تاقى ئەكەردە، زۆرەكەي ئەپۇشى

تەمەيانە بىرەدى جەبەجى بىكرەيە، ئەمە ھەر لەگەل پىتى تەختە سەدەمەرى ئاسەنەكە، يەكەسەر دارەكە سەمەمەخوار تەمەمىيە (ئەمەوشتايدە) و شەرتى خاوەكى دىارى ئەكەرد سەدە ھەر لەكاتەدا زۆر كەس دانىيان بەسەرەتەيتى ئەم رىگەيدا ئەمە زاناي ئەلەمەيانىيە بىناربانگى سەدەي شازەبەم جىزىج ئەگەرىكۆلا (كەدانەرى يەكەم كەتتە لەكانزا سەزىدا، جەبەرتى: (زەبوزانى راستەقىنە، كەبەمەزۇنىكى ھۇشيار و ھەمەرى ئەزانىن، ھەرگەز ئەم جادوورەدارە بەكارناھىتەت و چەنەكە ھەركەمىك ئەگەر كەمەك تى بىكات و ھۇشى خۇى بىھتەگەر، تەرتىن كەنە دارە ھىچ سەدەيكى نىيە لىمە بوارەدا پىنەستە رىسايى زەبوزان بەچىنە زانەستىيەكانى خاوەزۇنەمە پىست) ئەگەر ئەمەشەدا، بەدەي خاوەگەرەن بەھۇى جادوورەدارە، سەدە مەيدە لەنەچەمە تۇرالدا بۇ ئەمەنە، بۇمەتۇسۇف داناى رىسايى سەزەن بەگەتە پىنەكەنەمە بىوانەى ئەم رىگەيە كەنەھەتەن تەوسىوتى: بىرەي مەن، باشەرايە ئەم فەلەبازو جەشەكارانە فەرمەش بىكرەن)

تەوسىا نىشانەكانى پىنەستى زۆرى ئاسەنە سەدەي ھەتەبەمەدا دىارىدا، قەيسەر ئەلەكەسى رۇمانۇف يەك بەدەي يەك نەردەراوى بەمەمەلەكە ئەنارە، تەكە بەدەي خاوى ئەسە بىگەرتەن، ئەمە ئەم نەردەراوانە شەرتى و جەزى خاوى بەكەشيان دىارى بىكرەيدە، بەلام ھەمەمە ئەم ھەلەتەش سەرتەكەرتە لەسەرەتەي سەدەمە قەيسەر، پەترۇسى يەكەمەدا ئەمەتەيكى دەركە (كەبەدەي رەنگى زۆرەنە و كوتانەمە) ئەسە بىگەرتەن لەرەنگى ئاسەسازى سەدەي بىگەن بۇنەمەي ئەسەكان بىتوان ئەمەلەتە مۇسكۇ بەكارى بەيتەن) ھەمەك ئەمەتەيكى دەركە بەسەزەدانى ھەركەمەك خاوەكان بىشارەتەمە جە بىنەنگە پىت زۆر بەتۇندە، بەجۆرەك ئەگەشەتە خەكاندەن ئەمەندە پىنەچە، ھەمەلەكە لەتۇرەلەمە ھەتە ھەمەشەگەيەكى پى (مەگەتەسە بەرد) لەشاخى فەسۇكارىا ئەمەتەمە ھەمەلەكە ئەبەوت (دەمەرى مەگەتەسە خاوتە مەزەزايى شاخەكە دەرەتەمە بەدارەتەنى چەرە يانە بەردەنە بەزەدراو) ئەمەنە ئەم خاوانە نەردەران بۇ مۇسكۇ، پەسۇزان سەتەيان كەرد بەلەكەلەنەمەيان و پەردەي خۇيان لەسەر چاكە و دەرىھەنان گەنەيدە، ئەوكاتەش قەيسەر يەكەسەر فەرمەنىدا كەمەست بىكرەت بەدەستەردەنى كارگەي كانزاسازى ئەمە وچەيدەدەر گەمەرتەنەيان كەگەرگەي نىقانەسكى بو بەرتەن جەپۇرە شامەزاي ئاسەسازى لەشارى تەلەتەيكەتە دىمىدۇفەش) ئەتتۇفەف (دەمەر ئاسەنەي خۇى گەپۇرە بۇ دىمىدۇف) دواي لى كەرد كەمەچى لەتوانايدا بىكات بۇ ئەمە ئەمەندە ئاسەنە بەرەم بەيتەت كەبەشى پىنەستى روسيا بىكات و

به لوم ته گمر بهرگمې شو دوو تاقېكردنوه يسي پيشه لوي
نه گرت، نووا رهنووسي (۳) ي لي گمدرت و له نيتا بدواوه
تاسن بې موز نه فرور شرت.

سزاي فيلبازان لوي سهرينچي شو رنمايانمي بگرديا به
زور تونديو به لگش بولمه شو فرمانديو كه قيسر
پتروسي يه كم دهرې كړد يو بؤ خاوهن كارگريه كي چه كي شاري
تولا، كوزنيل ييلو گلزوف، كداركاري بگرت و دورور شرتوه
بؤ گلنسيه كي دورور چونكه ويراوتي چه كي خراب بوسرياي
خاوهن شكزي بفروشن، هسروك فرماني دا گسره
ياريد دهره كي فرول فوكس داركاري بگرت و دورور شرتوه بؤ
شاري نالازوف، چونكه موزي ميري داوه له چه كي خراب.

لسالي ۱۷۳۷ دا پساووك كفاوي ستبيان چومبين سو،
پارچه يلك تاسني موگناتيسي گمروي دوزيموه، لغزليك شاخي
بلا جوده اتس ناوچه لي نوزالوه، پيشاني راتسيقي نغندازياري
كانسازي دا، نووش زور بايه شي پنداو سهرغي شوتنوكي داو
لني كوزليو مو نينجا برياري كه بچيت بؤ شاري يكا ترينبورگ
بؤ لوي بدير برساني لوي رابگيمني، كدي يديوف بسوي
زاني، كه ليو كاتهدا بسوه گسروي ناوچه كو پادشايه كي
بې تاجي نوزال، كومه لنيك چه كداري ناره سهر بارتسيق
كنه هيتي كاريد مستاني ميري لي ناگاداريكات، بؤ لوي
ساماني نوزال هره هې خوي بې نك ميري. به لوم بارتسيق
تواني خوي دهراس بكات و هواله كه بگه ينيته ميري
له يكا ترينبورگ، بفره بيري كانسازي برياري دا خه لاتي
چومبين بكات و لوه ندي بې نه جوو ستبيان چومبين به كوژروي

خه بگرتكي ندا به كړياره كه بؤ لوي چند خه بگرتكي لي بدات،
نه گمر هيچي لي نه هاتايه ماناي شوو بوو زرتيه كه باشو
به كه لكې به كار هيتان دي، نه گمر وانمووايه نمره.

لسره مې قيسر پتروسي يه كمدا يه كم رنمايي ميري
دهرجوو دهراري چاكيو جوري تاسن لشمشي نيساني
۱۷۲۲ دا، نه لومني كانسازي برياري دهر كره دهراري
(تاقېكردنوي تاسن) كه به فونديه كي سهرتايي رهوشه
نويه كاني بؤ لوي ميري دانترت و ليو به لگنمايه دا هاتوه:
خاوهن شكزي فرمانيكي دهر كره بفرادني نيردراووك
له (فرمانگي كانسازي) يوه بؤ هسرو كارگه كاني تاسن
كه سيري چو نيتي دروست كړد و تاقېكردنوي بكمو جا
بؤ لوي دابش بگرت و بفرور شرت له مودوا پتريسته كم
موراني لي دابيت:

تاقېكردنوي يه كم: چالنيك لسره يدا هله كه گمدرت و
كوله كي خري تيره ۲۷ سانتيمي تيدا نه چه قيندرت و باش
قايم نه گرت، نينجا چند كونيكي تن نه گرت، ته لنيك ليو
تاسن تن هله كه كيشرت و سې جار نپتيرت بدووي
كوله كه كداو دواي لوه نه كرتوه، نه گمر نكشاو درزي نمره
نوا لسره نيشاني كارگه كوه رهنووسي (۱) ي لي گمدرت.

تاقېكردنوي دوروم: چند پارچه تاسنيك نه هيترت و
لسره كيموه يو پيري هيزوه لسره دزگا سې جار پييدا
نه كيشرت سهره كي تريشي سې جار، نه گمر پارچه تاسنه كه
بهرگي شو پيدا كيشاني گرت و نكشا، نووا رهنووسي (۲) ي
لي گمدرت.



پرسیاری سەیر لێردا ئەوێه چۆن تاسنگەر کۆنەکان توانیوانە ئەم کۆلەگە سەیرە دروست بکەن کە لەمۆژگار ناترسن؟ هەندێ ئەفسانەنوس بەدووری نازان لەتەستیرەکی تر دروست کرابێ و دەستی کەشتیەکی ئاسمانی وەک هێمایەکی ئەستێرەکیان یان دیاریسەک ناردیشتیان بۆ ئەستێری زەوی ئێمە.

بۆچوونێکی تریش هەیە کە ئەم کۆلەگە لەپارچەیی ئەیزەگیتی ئاسینی گەرە دروست کرابێ.

هەرچۆنێک بێ ئەو زانیانە کۆلەگە بەهەلگی وەستایی و هونری تاسنگەر هێندە کۆنەکان دانەنن ناەقیان نییە، چونکە لەو کاتدا هێند بەدروستکردنی پۆلە بەناویانگ بوو بەرکۆت نییە کە فارەکان لەمەندر ناخواتنە کانیاندا ئەلێن (پۆلە لەگەڵ خۆی ئەمە بۆ هێند) کە لەواتاکەیدا لەو نۆونه روسیە ئەچن کە ئەلێت : چو بۆ تۆلار سەماوەرێکی پێبوو) تۆلار شاریکە لە روسیا بەدروستکردنی سەماوەر بەناویانگە

ئێستا پۆلای ژەنگنەهێن لای هەموو کەس بۆتە شتیکی یارو لەم دایاندا لە ئەمریکا پۆلایەکی ژەنگنەهێن پەیدا بوو کە پێشتر ئەم گانزا تازە بە بەرنگایەکی کیمیایی کارەبایی دروست ئەکەرت کە لە نیوان بلوورەکانیدا کۆنیلەیی ژۆر وەرێنێک دیت و لەمۆلە کە ئەکات رۆشن بێت.

ئەمۆژگارگە نۆیەکانی گانزایی جۆرەها پۆلای زوو بەرەمەندێن وەک پۆلای ژەنگنەهێن و پۆلای بێرەو پۆلای موگناتیسی و ناموگناتیسی و پۆلای دژە گەرمی و دژە ساردی .. هتد.

ئێستا بۆ برینەو چارەسەری ماددە ژۆر سەختەکان ئەلماسە پۆلایەک بەکار دێت کە ۵% تەنگستی تێدا بێر هێچێ و لە ئەلماس خۆی کەمتر سەخت نییە.

لەبەلچیکا چەند سالتیکە لە کارگەیهکی گانزایدا بەشی توژالکاری پۆلای دامەزرێوە جۆرەها نەخش و نیگاری لەسەر چاپ ئەکەرت و شێوی داریان چەرم یان کوتال یان هەموو مادەیهکی تر پێشەیدا ئەکات ئەم توژالە پۆلای رۆنە نەخیشراوانە کارمەندانی کارگەیی توژمبیل و کەلۆیەلی ناوسال و ئەندازیارو بیناسازی هاندێوە کە یە کەس بە کاری بەهێن لەبۆری ئێشەکی خۆیاندا.

ئەو کەلۆیەلانی ئەناسن و پۆلای دروستکراون ژۆر هەمەجۆر و داخواری ئاسن ژۆر ژۆر، تا کۆتایی سەدی نۆزەهەسم بەشی ئاسن لەناو ئەو گانزایاندا گەبۆ هەموو بوارەکانی پێشسازی و ژانی رۆژانە بە کار ئەهێنن ۹۶%، ئاسن هەرەک چاکەر ئاسوودەیی بۆ مۆژ بەدی هێناوە، خراپەر و ترانکاریشی بۆ هێناوە نای لکاو بەمۆر لاپەرەیی خۆناویسەو لەمۆژووی

مۆژایەتیدا، ملیۆنەها گۆلە تۆپ و مووشەک و بۆمبا لەسەر ئەوێه شەری جیهانی یە کەم و دوو هەتا بارێو بەسەر مۆژدا، ئاسن هەموو ئەو شتانی کە مۆژ بەدروستایی ژانی لە ئاسن دروستی کردوون بەمۆژی ئاستیشووە تەفرۆ تونای کرد.

نزیکی دوو هەزار سال لەمۆبەر زاناو نووسەری رۆمانی کۆن بیناسازی گەرە لەبۆری ئاسندا نووسیویتی : کارگەکانی ئاسن چەکی چاکو خراپە ئەکات بەمۆژ، یەکتیکیان زووی ئەکێلێ و دار ئەنێژێ و لۆرێو بۆ ئەکەم ئەکات و خانووی پێ دروست ئەکەین و بەرەو پێ ئەهێرێ و هەموو پێوستییە گانمانی پێ چەمەن ئەکەین، بەلام بەهەمان چەک شەڕ ئەکەین و یەکتەر ئەکۆژێ و تالان ئەکەین هەموو دەورێشتەمان و تران ئەکەین، بەرەو مەن ئەوێه خراپترین داھێنانی هۆشی مۆژ، چونکە بۆتە هۆی ئەوێه مەردن بەمبال بفرێت بۆ ئەوێه زووتر مۆژایەتی لەناوێرێت، بۆیە پێوستە بلێن تاوانبار لێردا مۆژ خۆیەتی ئەک سروشت.

لە ئەم داییدا ژۆر کانی تر پەیدا بوون کە پێشترێک لەگەڵ ئاسن بکەن وەک ئەلۆمینیۆم، تیتانیۆم، ئەلۆمینیۆم، بێریلیۆم، زەرکۆنۆم و هێتریش، ئەم گانزایانە هێتریشکی خەست و خۆل ئەکەن سەر ئاسن، بەلام ئاسن لەگەڵ دۆزێ پێنج هەزار سال تەمەن، هەرگیز بێ لەخاڵەنشینێ ناکاتووە.

فێرسمانی ئەکادی سۆقیتی لەم بارەیهو ئەلێ : دواوژ بۆ گانزاگانی تر ئەبێت، بەلام ئاسن هەمیشە شوونی شەکی ئەبێ وەک ماددەیهکی کۆن کە جێی رێزگرتەو بەباشترین شێو کاری خۆی کردووە بەلام ئەو دواوژێ ژۆر دووێ.

تا ئێستایش ئاسن بێرەپەشتی گانزایی نامێردروستکردن و هێلی ئاسن و پاپۆو پردو هۆیهکانی گواستەوێه.

سالی ۱۹۵۸ لەسەر زووی پێشانگای پێشسازی نیوهرلەنی لەبۆرکسل بینایەکی بێرۆنە دروستکرا پێی ئەلێن ئۆتۆمۆبۆل، کە لە نۆ گۆی گانزایی گەرە پێک دێت تێرە هەرێهەیان ۱۸ مەتر وادیارە کە لە هەوادا هەلواسراپ، هشت گۆیان لەسەر ئەوێه شەشپالۆرێ کە گۆی نۆرەم کۆتووە ناوەندی شەشپالۆرێ کەو، وەک ئەوێه تۆپی بلوورسی ئاسن کە ۱۶۵ ملیار جار گەرەترە کراپێت و بەوێه ئۆتۆمۆبۆل بۆتە هێمای مەزنی ئاسن، ئەو گانزا چەوساوەو زەحمەتکێش و ماددە بنچینەیی پێشسازی.

زرنگانەوهی ناووکسی

موگناتیسسی

وه‌رگیرانی: کمال جلال غریب

سەرپەرشتیاری پسیقۆ (خانەنشین)

ئەممو ناوکه‌که‌ له‌ کایه‌ی ووزی (گاقه‌) نزمه‌وه‌ (تاساییه‌وه‌) ده‌چیت بۆ کایه‌یه‌کی ووزی ووزۆتێراو (مه‌یج)، ده‌ی ئه‌وه‌ ده‌گه‌ڕێتوه‌ بۆ کایه‌ی ووزی تاسایی (نزم) و دانسه‌وه‌ی ووزی له‌وه‌ی تاییه‌تی، زاناكان ده‌توانن شوێنیان بکهن و به‌ده‌زگای پێشوازی (استقبال) تاییه‌تی بیان پێن. ئینجا ئهم له‌وه‌یه‌ ده‌گۆڕن بۆ شه‌بنگیکی ئه‌وه‌ی که‌ له‌ده‌زگاکدا تۆمار (تسجیل) ده‌کۆت. چهند رتگه‌یه‌کی ته‌کنیکی (واته‌ به‌کاره‌ێنانی زانیاری) گه‌یاوته‌ به‌ر بۆ به‌ده‌ست ه‌ێنانی یان ده‌ستگیربوونی شه‌به‌نگی زرنگانسه‌وه‌ی ناوکی موگناتیسسی ه‌اده‌ده‌ کیمیاییه‌یه‌کان، گه‌رنگترینی ئهم رتگایانه‌ش سه‌رچاوه‌ی رادیۆیی به‌ده‌وامه‌، ئینجا به‌کاره‌ێنانی سه‌رچاوه‌ی رادیۆیی په‌چڕه‌چه‌ (مه‌تکچ). کاتێک که‌یه‌ گه‌م ده‌زگای زرنگانسه‌وه‌ی ناوکی موگناتیسسی دروست کرا، زاناكان ئه‌وه‌یان بۆ ده‌رنه‌که‌وتبوو که‌ ئهم ده‌زگایه‌ له‌ده‌وارۆژا چ ده‌ورێک ده‌یێنێت له‌پێناوی گه‌شه‌پێدانی لقه‌ هه‌مه‌ جۆره‌کانی زانستیدا. له‌پێشدا له‌لایهن زاناكانی فیزیاره‌ به‌کاره‌ێنرا بۆ هه‌ندێک لێکۆڵینه‌وه‌ ده‌رساره‌ی ناووک. ئینجا زاناكانی کیمیا بۆ دۆزینه‌وه‌ی هه‌ندێک ماده‌ی کیمیایی نه‌زانراو به‌کاریان ه‌ینا، چونکه‌ زۆری ماده‌یه‌ کیمیاییه‌ نه‌فاده‌یه‌یه‌کان (المواد العجوبه‌) له‌گه‌ردیله‌ی هایدروجن و کاربۆن، جگه‌ له‌نایترۆجن و ئۆکسیجن، پێکهاتوون. له‌به‌رئوه‌ هه‌موو هایدروجینیکی (لیته‌ره‌ پێی) ده‌لێن پڕۆتۆن، به‌و چێوه‌ (خه‌یگ) ئه‌لیکترۆنی به‌ ده‌ست نیشان ده‌کۆت، که‌ده‌وری داوه‌. له‌به‌رئوه‌ پڕۆتۆنه‌کانی (واته‌ هایدروجینه‌کانی) ته‌لکه‌هولی ئه‌پیلی (الکحول الاپیلی)، که‌ده‌هێنیه‌وه‌ یان بۆ توانده‌وه‌ی ماده‌یه‌ کیمیاییه‌یه‌کان و ده‌رمان به‌کاری ده‌هێنن،

یه‌که‌وه‌ زانراوه‌ که‌ماده‌یه‌ له‌گه‌ردیله‌ (ئسته‌ۆم) پێکهاتوه‌، ته‌دیله‌ش له‌ته‌که‌که‌تۆن و ناووک پێکهاتوه‌، ئه‌لیکترۆنه‌کان به‌سه‌ی ئه‌وه‌ بۆشاییه‌یان داگه‌ر کردوه‌ که‌ گه‌ردیله‌یه‌کی سه‌پکهاتوه‌وه‌ ناوکی تێدايه‌، ناوکی پڕۆتۆن و نیوترونی تێدايه‌، سه‌مه‌ته‌ (خواص) کیمیاییه‌یه‌کانی گه‌ردیله‌ بۆ ئه‌وه‌ خه‌یگزانانه‌ ده‌گه‌ڕێتوه‌ که‌وان له‌ده‌وری گه‌ردیله‌که‌دا، به‌سه‌ی ئه‌وه‌ لێکۆڵینه‌وانه‌ش که‌کراون هه‌ر ده‌رساره‌ی خه‌یگزانانه‌کان بوون و چاره‌پۆشی یان له‌ناووک کردوه‌. به‌لام هه‌رته‌ی شسته‌کاندا (له‌ ۱۹۹۰) وه‌ به‌ته‌واوه‌تی بایه‌خه‌کی ته‌ر به‌ناووک داوه‌. وا ده‌رکه‌وتوه‌ که‌ ئه‌وه‌ گه‌ردیله‌یه‌ی ته‌ر به‌یه‌کی تاکیه‌ن (فردی) له‌پڕۆتۆن و نیوترون تێدايه‌، ته‌ر به‌یه‌کی ناوکی (مغزل نووی - nuclear spin) یان مه‌یه‌. واته‌ ناووک به‌ده‌وری ته‌وه‌ره‌که‌یدا (هه‌ور) ده‌خولیتوه‌، هه‌رته‌وه‌ ناووک، له‌خولانه‌وه‌که‌یدا، کایه‌یه‌کی موگناتیسسی (خه‌ی مغناگیسی) تاییه‌ت به‌خۆی په‌یاده‌کات و ئهم کایه‌یه‌ به‌جۆریه‌یه‌کی (اتجاه) نییه‌، که‌ ناوکه‌که‌کان (نورسات) به‌جۆرته‌ کایه‌یه‌یه‌کی موگناتیسسی به‌هێزوه‌ رێه‌ری کایه‌یه‌ موگناتیسسیه‌یه‌کان و ده‌رگه‌رن و ته‌وه‌ره‌که‌یه‌یان به‌ده‌وری ئه‌وه‌ نه‌یه‌مه‌دا به‌شێوه‌یه‌کی کۆترانه‌ (هه‌شواتی) ده‌خولیتوه‌، بۆ به‌ی کردنی شه‌به‌نگی زرنگانسه‌وه‌ی ناوکی موگناتیسسی (گیف - جیج) ئه‌وه‌ی (مغناگیسی)، ئه‌وه‌یه‌ ماده‌یه‌ کیمیاییه‌یه‌که‌ به‌جۆرته‌ کایه‌یه‌یه‌کی موگناتیسسی جینگه‌یه‌وه‌ (په‌سات)، ئینجا ته‌یه‌یه‌کی له‌له‌وه‌ی رادیۆیی (ژێر به‌ رادیۆیه‌ Radio Frequency)، به‌گۆشه‌یه‌کی مستوونی (زاویه‌ عمودیه‌) به‌جۆرته‌ سه‌رکایه‌ی موگناتیسسی به‌که‌می جینگه‌، له‌ته‌هه‌ی

ده تا نین لمشبنگدا دست نشانی بکین. لیردا دورد کورت
کپرتونه کانی (CH_3) لغاوجیه کدا دمرتون (امتصاص)
که جیازا له لمرچمی مژنی (CH_2)، همره ها ناوچی
(CH_3) جیازا له لمرچمی مژنی (OH)، جگه لمره
شمبنگه که وامان بؤ دورد خات که رتژی (نسبه) لمر
پرتونانی کوان له گوردیکی (جزیه) نه لکولدا بلم جزیه
(۱:۲:۳). نمیش بمراری له گورد کدا روی داور، واته (۳)
پرتون له کومه لمر (CH_3) داور دو پرتون له کومه لمر
(CH_2) داور یک پرتون له کومه لمر (OH) داور، لمره
بؤمان دورد کورت که نم ته کنیکه (واته به کارهینانی
زانستی لمریانی کارهینکرندا) شتیکی بنه رتیه بؤ
زاناکانی کیمیا، بتایستی له لمره کانی زانستی کیمیا
نمدامی دا ته کنیکی زنگنه و همکاران ناوکی مونتایی گمش
کردو وای لمره ها کوانوکی کارهینیش بگرتو،
بمیش شمبنگی گوردیه کانی کارهینی نار گورد که بدمی
هینراوه، جگه له گوردیه کانی هایدروجن، نمیش وای
لمر کردو وین کمریتر لمریستی گوردیه کان بکین، نم ته کنیکه
نارکو که کانی تریشی گرتو و کور هی فوسفور فلزور
سلیکون، بوردیه کی نموتو نیستا لغاوانادا همدیه که
لیکولیموه لغزایتر له (۴۰) نارکو کی ترخه کانی (عناصر)
خشتی خولی (الجدول الدوري) بگرت. نیستا زاناکان بچ
لورده کمنوه، که لغاوانادا همدیه، نم دزگایه له خوتندی، واته
لیکولیموه، لمر ماده کیمیا بانددا به کارهینرت، که
لغزایکه کانددا دروست ده کرتن، جگه لمر ماده کیمیا بانددا
که لمری مروتو گیانور کانددا هن، چونکه بؤ نمونه: خانه
(خلیه) ای لمری مروتو، رتیه کی زوری له ناو تبادایو
لغاوانادا همدیه شمبنگی پرتونه کانی ناو بدمست بهینرت.
همره ها خانمی لمری مروتو ناویمی (مرکب) فوسفور
تبادایو لغاوانادا همدیه کمزنگنه و همکاران ناوکی مونتایی
به کارهینرت بؤ بدمست هینانی شمبنگی ناویمه کانی
فوسفور ناوخانه که. لغاواناشدا همدیه، له لایمی
بیدزیه ریموه (نقری)، که له رتیه (انگه)
بایولژی به کانی، به همدیه ته کنیکی زنگنه و همکاران ناوکی
مونتایی بدمست بگرتو، به لمر نم به کارهینانه کارکی
ناسان نریه، به لمر بدمست بدمست ده کات لغاوانا کانی
زنگنه و همکاران ناوکی، به همدیه لمره ها گمش بدمست،
لایم کانی نمیش:

۱- مونتایی بدمست ده گوردی نموتو دروست بگرت که
بتوانرت مشکیک یان دهمستی مروتیکی ترخرتو کایه کمش
(مال) همر بمرکیوتیکی بیتیموه، دیاره نمیش کارکی
ناسان نریه.

۲- گمش بمر مروتیکی له لمری بدمست کیمیه زنگای
زنگنه و همکاران ناوکی مونتایی بدمست، به شتیکی
نموتو، که لغاوانادا همدیه:
یه کم: دهمست بدمست (سیگره) دزگای زنگنه و همکاران
ناوکی به کدا بگرت.

دوم: زانیاری (معلومات) کویکاتو بدمستی و رستاور
سمر لمری بگرتیموه، نمیش وینتی رنکاید، نکیش
پیشکش بکات.
۳- بؤ هستان بمر کاره، پرتیه گمش به کنیکی نارو
پیشازی کردی لمری (رتیه) رادیکی بدمست نموتو زاناکان
لغاوانا بدمستی هفتاکاندا، توانی یان له کلکی مشکیک بکولیموه
کمتوشی نه خوشی شیریمه (سرکان) بمر بو، له نه بامی نم
تاقی کردیموه، که لمری زانیاری باشیان بدمست کمتو،
ناشکرایه لای زاناکان که لغاوانادا همدیه له رتیه کانی ریان،
چی لمری وستان (ستاتیکی)، چی لمری جوالیموه
(دایمیکی)، بکولیموه، همره ها لمر رتیه بکولیموه
یان باشیان بگرت، چی لمری زنیوید، چی لمری مردندا.
لمری زوری لمری تاقی کردیموه که لمری ماده
کیمیا بدمستی زنیوید، کانی ناولشی مروتی یان گیانور ده کرتن،
لمری لمری لمری، لغاوانا بوری تاقیکردیموه (آلیب الختار)
ده کرتن، به لمر لمر باردا زهمست بدمستی بگمش راستیه
زانستی به کان (الحقائق العلمیه)، چونکه گوزان له لمری
زنیوید زوری نم گوزانده کاره کمنه سمر رتیه کیمیا بدمستی
زنده گیتی (حیاتی) لمر ماده لمری کده بدمستی لمری یان
بکولیموه. لمری زاناکان همدیه لمری یان دا که لمری
کیمیا بدمستی بکولیموه لغاوانا رتیه زنده گیه کانی لمری
مروتو گیانور، به لمر نم کاره به همدیه گوردی
ته کنیکی و تندرستی (صی) بمر، نیشتیکی به کجار کرانه.
لمری دزگای زنگنه و همکاران ناوکی مونتایی گمش
پن درا، بؤ لمری ناویمه کیمیا بدمستی ناو رتیه
زنده گیه کانی مروتو گیانور بدمستی بگرت، واته
لیکولیموه یان لمری بگرت، نم دزگایه ناوی دزگای
زنگنه و همکاران ناوکی مونتایی شونی (موجی) لمری.
چونکه به همدیه نم دزگایه ده توانرت بامی لمری روداوانه
بگرت که لمری شونی لمری مروتو، یان گیانور،
روداوان. لمری همدیه نمونه دهینیموه که گرتی نم
دزگایمان بؤ دورد هن: -

لمری ناشکرایه که فوسفور له لمری زنیوید بدمستی
فوسفاتی نمدامی (عجی) و فوسفاتی ناندامی (عجی)
عجی) همدیه. لمری نامانورت به قوتی لمری بدمستی
(ترکیب) نم جوره فوسفاتانه بکولیموه، دهمستی شمبنگی
دستی همر مروتیک و کور لمری (۲) داور رون کراییموه.
ریمی (۲) بمری فوسفاتی نمدامی، (۱-۲) فوسفاتی
ناندامی، (۵) خانه کانی دهمستی مروتی لمری ناساید
پیشان دهمستی.

ئاۋىسىيە

Cataract

نوسىنى / دكتور كاۋە قادىر قەرەداغى

پىسپۇرى نەخشىيەكانى چاۋ



(هاوړنه) به هاورنه يه کي ناوچاري دستکره که له کاتي نشتوگره يه کيدا لخوا چاروا دانفرتو نيشي هاورنه سروشتي به کي ناو چار دکات تنها نهو نه ييت که ناتوانيت به گوري دوزونزي کي تنه کان له چاره کمه فوکس بکات. چونکه له ماده يه کي ره يي، شوشه يي دروست کړاوو لمرته کيدا به يي دوو باله که يوه چيگر ده کرت.

ماده يي سره کي دروست کړوني نم جوړه هاورنه بريتي به له (PMMA) پولي ميپيل ميپ نه کرليت له پينک هاتيدا چنډ ماده يه کي رنگي تيشکي سروو بنوشه يي به کار ديت. وه سواخ ددريت (روکش ده کرت) به جوړنک که

تواناي کار له يک کړوني کم بکاتوه لخوا چاره کيدا دوو جزي يار له هاورني ناوچار له کاتي نشتوگره يي دا زړ به کار ده يترن:

هاورني ناوچاري ژورو چکي پشته: که له پشي بيليلو گلينه دانفرتن.

هاورني ناوچاري ژورو چکي پشته: لعتوان پير گلينه گليندا داده يترن.

يوه يي نم جوړه هاورنه لعتوان (۵-۷) ملم داده ييت، دوو پلي (بالي) نرم که به لخوا که يوه پالپشي چسپاندي نم هاورنه ده کات لخوا چاروا.

جوړه يي گوره کړوني به گوري چارنک بزو چارنکي تر ده گوريت که پيش نشتوگره يه که دست نيشان ده کرت.

به دروازي زبان نم جوړه هاورنه لخوا چاره کيدا ده يترنوه و کاري خويان ده کين. بلام چاره که پيوستي به

پشکيني خولي هديه له لايمن پزيشکي تايستي چاره ده. چونکه هاورني ناوچار له ماده يه کي نامز به له يي تادميزاد دروست کړاوو دوزونزي به کار ليک کړن بکات لخوا

چارواو پيوستي به چاره سر کړن ه ييت.

نم جوړه هاورنه لمره يي هاورنه سروشتي به کي ناو چار داده يترن که تووشي لاري سپي ده ييت. تنها بزو کمسانه

ن ييت که نه خوشي لاري رهش، هو کړوني پير گلينه، ماکه کاني نه خوشي شه که کاري کړه يته سر توپي چار، لاري سپي

زگماکي کم و کوري بيليله و چينه کاني ناووه يي پير گلينه.. چونکه لعتواندا لعتوانيه زبان بگه ي نيت به چاره که پان

هند ليک گهوگرت که له کاتي نشتوگره يي رو لعتوان.

نم کمسي هاورني ناوچاري بزو ناگو يي ده تانيت سوو له هاورني لکار (عده الاصفه) ورپرگرت که له شيوه

پوله که يي ماسي دايو نه لکيتريت به پير گلينه هو کم و کوي ييني پين راست نه کرتوه. تمنانن نه گره يک چارش

نشتوگره يي بزو کرايت وه نوي تران ساغ ييت.

پان به به کار هيناني چار ليک که پيوسته بزو همدو چار پتکه، چونکه نه گره چارنک چار ليک نوي تران ساغ ييت

پان هاورني ناوچاري بزو دانرايت، ناگو يي وه دوو رني جياواز نهغه سر توپي چار و نه خوش تنه کان به دووانه ن ييت.

گو يي چار که به يکنيک له بهشه گرنگه کاني کو ننداسي ييني دانفرت و ده کو کاميرا يه کي ونه گرتي فو توگرافي کار ده کات، تايادا بهشه کاني پشته يي (پير گلينه هاورنه) وه هاورنه کاني کاميرا که، بيليله وه کوني راگرتي راده يي رو ناکي بزو ناو کاميرا که به شيوه کي تو صاتيکي کار ده کين.

هاورنه تيشکي رو ناکي به کان ده خانه سر توپه که وه فليسي کاميرا که هستاره بزو رو ناکي ليوه به يي ده ماري ييني نه نم زانيارنه ده گورتنه سره ميشک و ليک ده يترنوه ده يترن.

هاورنه شيوه کي نيمچه خري کرستالي هديه، نه گورته پشي بيليله، به موي پهايله بزو رو ناکي، هر چ کاتيک

به شيتک پان همدو هاورنه ييت به رنگر بزو رو ناکي و رنکه که له ناري يوه گورا بزو ليک پان شري (سپي) پري

دوتريت ناوي سپي و دانفرت له پشي بيليله ده يترن.

لاري سپي تنها ييني چاره که کم ده کاتوه به گوري چري و پري ناره سپي به که وه نه گره زور ييت چاره که تنها هست به

رو ناکي و رنکه کان ده کات.

له هوکاني ناوي سپي:

◆ پري و به مندا چون.

◆ بريندري و زهر پير کوتي چار.

◆ تيشکه کان وه کو تيشکي نيكس (X)، تيشکي گاما، تيشکي سروو بنوشه يي و تيشکي ژور سوو.

◆ ليتداني کارها: کاتيک که به شيتک له تخره کان به يترنوه چاره تيرن.

◆ نه خوشي واکو شه که و کمي کاليسيم و کمي شه که له يترن.

◆ دارو درمان وه کو ستر يده کان.

◆ هو کړوني گلينه شلي شوشه يي چار.

◆ نه خوشي به زگماکي به کان. سورتوي له لعتوان و توکو پلازموس.

◆ به کار هيناني چنډ دومان ليک له کاتي سلک پريدا که کار ده کاته سر کزيه له وه کو ستر يده کان پاليد ماید.

◆ بزماري

چاره سر کړوني:

تنها به لبروني ناو سپي به که ده ييت به نشتوگره يي و گو يي پين نه دان و داخستني لعتوانيه ييت ه لعتوانسي ناو سپي به که به يري و نوي پستاني ناوچار که پري دوتريت لاري رهش.

دوي لبروني هاورني چار، تواناي ييني چاره که زړ کم ده ييتوه بزو ييني تنه کان بزو چنډ مترنکه ده لعتوانيت ييني چاره که زياد بکرت به يترنوه ناو سپي به که

ئاو و خويىن لەش

نووسىنى دكتور ھىوا ھىوا ھىوا

نەشتەرگەرى پىسپۇر / مامۇستاي كۆلچى پىزىشكى.



(۱) تمېش لىرىنى ھىناسىدانى (۴۰۰ مىلىلىتر) لىرىنىڭ لىكىس دەپىتە لىكەنى روشكى ئاۋىھىۋا خىراپىۋى ھىناسىدا نىم ھىندە زۆر زىاتىر دەپىت.

(۲) لىرىنى ئارقى كىرىدەنە، ئاسايى (۲۰۰ مىلىلىتر)، ھىندە كىمىنى گىرمى لىش و دىروپىرو شى ئاۋىھىۋا جولىرە دەگىزىت لىناۋچە گىرمەكان دا لىوانىيە بىگاتە (۶۰۰ - ۱۰۰۰ مىلىلىتر).

(۳) ۸۰۰ - ۱۵۰۰ مىلىلىتر ۋەك مىز دىرەدەرت. كىمىنى ھىندى پىتۈستى مىز كىمىتۈنىت لىش لىپاشىرى زىندەپال پىارزىت (۴۰۰ مىلىلىتر).

دەست كەۋىتى ئاۋى رۇۋانە بەم شىۋىيە؛

۱- خۇراك (۵۰۰) مىلىلىتر

۲- خواردەنە شىلمىنى (۱۲۰۰ مىلىلىتر)، بىپىنى تىنۋىتى مۇقەكە، نىم ھىندى خواردەنە دەگىزىت.

۳- ھىرى خۇراك: (۳۰۰) مىلىلىتر، لىكەنى بىرىتى (تەخۇرى) دا، نىم ھىندە دىروجا دەپىت، چۈنكە شەكەكانى لىش تىك دەشكىن و زى پىتۈست بۇ لىش دىرەست دەكەن لىنەبام دا تىزىكى (۵۰۰) مىلىلىتر ئاۋ دىرەست دەپىت.

ھىمىۋا ئاۋىسىنىڭ لىم دىرەسۋىزىن و دەستكەتەندە ئىپىتە ھىزى گۇرانى ھىندى ئاۋى لىش.

خۇنىكانى لىش، لىگىل ئاۋدا لىبىشەكە دەچنە بىشەكانى تىرو نىم جولىيەش لىشە ئاۋ لىلى خۇن و نىۋانە شىلدا لىسە خىستى (سۇدۇم Na^+) و (كلۇرايد Cl^-) بىندە.

خۇنىكان لىش دا بىزىرى لىدەروۋى خانەكان دا ھەلدەگىزىت. رۇۋانە (۵۰ - ۹۰) مىلىلى نىكىۋىلىنت (ماڭ)، لىخۇراكەۋە دىرەگىزىت و بىھىندى جىجىا لىلەش دىرەدەپىت؛

بۇ ئىۋىنە لىمىزدا {۱۰ - ۸۰} ماڭ و لىرغۇلەكانەۋە (سەر - ۲۰ ماڭ) و لىئارق كىرەنەۋى ئاۋىھىۋا گىرم دا (۳۰۰ ماڭ) رۇۋانە لىكىس لىش دەپىت.

نەم خۇن ئاۋىرگەنە لىلەش دا بىشەۋى گىراۋە ھىن و لىشە ئاۋى دىرى خانەدان و بىشەۋى ئاۋىز كىدەۋىزە، خۇيان دىرەخىن؛

۱- پۇزەبارگە (كەتايىزىن - Cation) ۋەك (سۇدۇم - Na^+)، (پۇتاسىيۇم - K^+) (كالىسىيۇم - Ca^{++}) و (مەگنىسىيۇم - Mg^{++}).

۲- نىگىبارگە: (ئىنەپۇن - Anions)، ۋەك (كلۇرايد - Cl^-)، {فۇسفات - P^{3-} }، {بايكارىزىنات - Hco^{3-} } و {سولفىت - S^{2-} }.

ئاۋ لىپىكەتەنى ھىمىۋا خانە شەمى ئىندەكانى لىش دا ھىمىۋا زۆرى كىشى لىش پىك دەپىت. تىزىكى ۵۰% تا ۷۰% كىشى لىش لىئار پىك دىت. نىم ئاۋە لىشەۋى گىراۋى جىجىادا بىسەر لىش دا دابىش بىۋە:

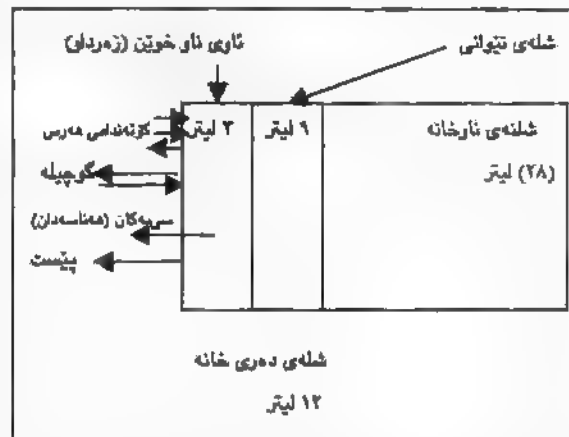
۱- ئاۋ خانەكان: ICF ... Intracellular Fluid
۴۰% كىشى لىش دەگىزىتە.

۲- دىرى خانەكان: ECF ... Extracellular Fluid
۲۰% كىشى لىش دەگىزىتە نىمىش لىچىندە بىشەك پىك ھاتە، كە بىرىن لى؛

أ - شىلى ئاۋ لىلى خۇن ۵% كىشى لىش (Intrascular Fluid)

ب - شىلى نىۋانى (Interstitial Fluid) شەكەكان كە ۱۵% كىشى لىش دەگىزىتە.

بۇ ئىۋىنە: مۇقەك كىشى (۶۵) گىلۇزىت، ئاۋى لىش (۴۰) لىتر، (۲۸ لىتر) لىئار خانەكان و (۹ لىتر) شىلى نىۋانى شەكەكان و (۳ لىتر) لىئار بۇزىيەكانى خۇن دابە:



نەم شەبە لىم بىشەندە لىبارى ئاسايى و نەخۇشى دا بىمىروۋى لىئال و گۇرەدە، بىئازادى لىبىشەكە نىپىتە بىشەكى تىران لىزى دىرەدەپىت. بىلەم لىبارى ئاسايى دا، رۇۋەكەيان بىجىگىرى دەپىتەنە. رۇۋانە لىش تىزىكى (۲۰۰ مىلىلىتر) ئاۋ دىرەسۋىزىت و لىبىرەمىرە ھىمان ھىندى دەست دەگىزىتە.

دىرەسۋىزىتە كە ئەشەۋى؛

۱- ۲۵۰ مىلىلىتر لىپىسايى دا، لىرەۋانى دا نىم ھىندە زۆر دەپىت.

۲- ۶۰۰ مىلىلىتر لىدەست دانىسى ھىست پىنەكراۋ (Insensible loss)

لەش بەگشتی لە ژێر دەستەلاتی بۆرەکانی {گورچیلۆکە} کان دایە، ئەمەش بەمێنی ئاووخرۆی ئیش و مینو هۆرمۆنی ئەلدۆستېرون (Aldosteron) دادەنرێت؛ ئەم هۆرمۆنە بەبەهێزترین رنگر دادەنرێت بۆ دەرھاریژنی سۆدیۆم.

پاش نەشتەرگەری زەبر بەرکەوتن، بەھۆی زۆربوونی دەرئەندامی هۆرمۆنەکانی سەر گورچیلە گلاڤد، ماویدەك (کەلووانیە بگاتە ٤٨ کازێر)، دەرھاریژنی سۆدیۆم لەلەشەو کەم دەیتێتە.

پۆتاسیۆم: زۆری زۆری (٩٨٪) ی پۆتاسیۆمی شلە ی لەش لەئار خانەدایەو تەنیا (٢٪) ی لەشە ی دەری خانەدایە.

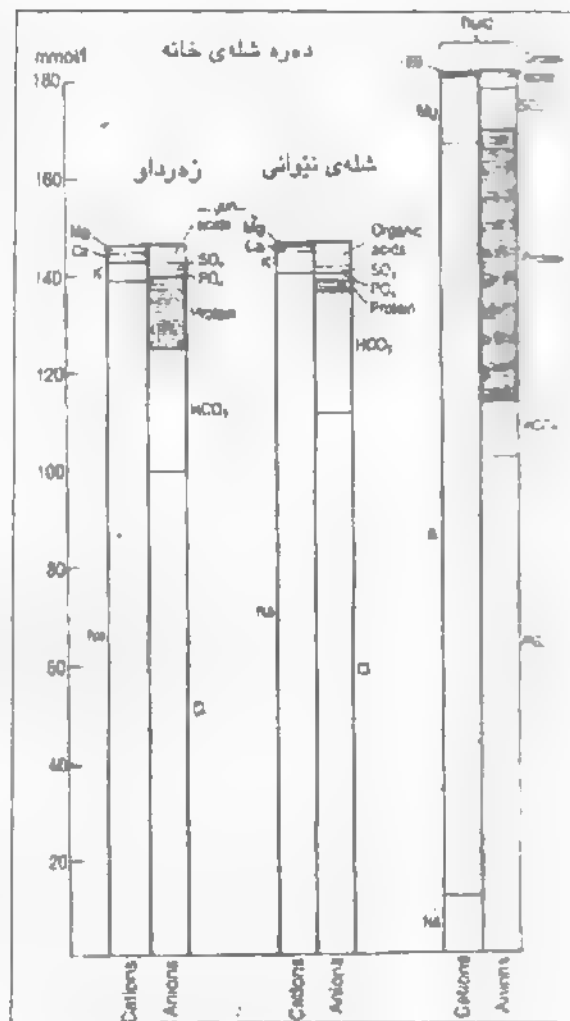
سەرچارەکی پۆتاسیۆمی لەش (کە ٣٥٠٠ میلی مۆل)، لەماسولکەکان دایە کاتیئە لەش ماسولکەکان وەك چاوەکی وزە بەکار دەھێنێت، پۆتاسیۆم دەپۆتێت ئار خوێنەو ئەرەشی لەلەش زیادە بەخێرايی لەرێی گورچیلەو ئە مینزدا فرێ دەدرێت. رۆژانە نزیکە ١١ (مات/کیلۆگرام کێش) لەش پۆتاسیۆم لەخۆراکەو هەلەمژێتە خوێن. ئەو خوارەنای (پۆتاسیۆم) یان زۆر تیاھە وەك مینو، شیر، هەنگوین.

هێندە دەست کەوتە کە لەلەشەو لەرێی مینو کەمێکی ئەیسیایی و ئەرە دا فرێ دەدرێت. پاش زەبر نەشتەرگەری ماویدەك (کە ئە ٧٤ کازێری یە کەم دا تەگاتە ئەرەری) پۆتاسیۆم زۆر لەمیزدا دەدرێت. لەھەندێک نەشتەرگەری وەك لابردەنی (بەشیکی گەدە) دا، ئەم ماویدە (٣-٤) رۆژ دەخایەنێت. ئەگەر بەناگا نەبین، ئەم ماویدە هێندێکی زۆر پۆتاسیۆم لەکێش لەش دەچێت و نیشانەکانی کەم و کۆری یەکی پاش (٤٨) کازێر دەردەکەون.

کالسیۆم: لەکەتایۆنەکانی شلە ی دەری خانەدایەو ئاسایی (٩- ١٠ و ١٠٠ ملگم/١٠٠ میلی لیتر) لەلەش دا بەسێ شتو، ھەبە (لکەری پولاتین، ئازاد = بەشیۆی ئایۆن، ئازاد = بەشیۆی (ئانایۆن). ئەو بەشی ئازاد بە لەشیۆی (ئایۆن) دایە، بۆ مەبەنی خوێن و کاری دەمار-ماسولکە پێویستە، ئەم بەشە لەتەفت بوونی خوێن دا کەم دەیتێتەو دەیتە ھۆی دەرکەوتنی نیشانە ی (کەم کالسیۆمی - Hypocalcaemia) بەھەمان شتو کەمیز تەفت دەیت، کالسیۆمی ناویمز لەپارووەکانی گورچیلەدا دەنیشیت و دەیتە ھۆی دروست بوونی بەردی گورچیلە.

ئاسی (کالسیۆم) لەلەش دا لەسەر چەند ھۆکارێک بەندە وەك:

- ھەلەزنی لەرێۆلەکانو، بەھۆی ئاسی ئیتامین (D) و بوونی مادە (فایتەیت phytate)



سۆدیۆم:

کەتایۆنی سەرەکی شلە ی دەری خانە یە، نزیکە ١٠٠ (میلی مۆل) سۆدیۆم لەلەش دا ھەبە. (٤٠٪) ی حەمی دەری خانە، (٩٪) ی لەشە ی ناو خانەدایەو (٤٧٪) ی ھەزێک دایە. نیرۆی ئەو هێندە لەئێسک دایە سستەو خەشەتێک نەیت ناتوێتەو، نیرۆکە ترێ لەئادە توویدە، ھەتھەبەکی ئامادە دادەنرێت بۆ خستەبەری ھەر کەو کۆری یەك لەئاسی سۆدیۆمی شلە یکانی لەش دا رووبەت. رۆژانە هێندێک سۆدیۆم لەمیزو پیسیایی دا فرێ دەدرێت، ھەتھەبەکی تر لەئەرە دا دەدرێت، بەلام ئەم هێندە کەمەو خەزەت فەرماوێت بکرت، بەلام لەئەرە کردەوێ ھەوای ئەرە دا زۆرەو لەوانە بگاتە (٨٥ مات) لەکازێرێک دا ئەم دەست دانە ی ناو ئەرە لەرێ دەستەلاتی هۆرمۆنە ستێزیدی یەکانی سەر گورچیلە رۆژن دایە. هێندە سۆدیۆمی

- كۆكۈرەنمەي لەلەيىن ئېسىكە.. بەھۇي ھۆرمۇنى تەئىشەت مەلە قورە گلائە كالىسىتۇن.

- دەرھارپۇتى ئەگۈرچىلەدا.. ئەمەش ئەسەر كارى گۈرچىلەكان بىندە.

مەگنسىيۇم: كەتاپۇنىكى ئار شەلى خانەكانە، ھەندىك جوداگانى (پۇتاسىيۇم) ۋە ھەندىك جوداگانى (كالىسىيۇم) ھەيە، ئاستى ئاسايى (۲-۳مىلگم/۱۰۰مىلى لىتر) رۇزانە نىزىكى (۱۰مىلى مۇل) لەخواردنە ۋەردەگىت.

ئاھاسەنگى ئارو خۇي

ئارو خۇي لەش سىن جۇر گۇرپان و ئاھاسەنگى بىسەردا دىت:

يەكەم: گۇرپانى قەبارە: Volume change

ئارو بىشىۋە تەغيا لەم باراندا كەم تەئىتە:

ئەخواردنەمەي ئار: لەپەك كەوتەن ۋە ئەجولان و شەت بۇ قوروت ئەدران و گېرپانى سورتىچەك، يان بەھۇي ئازارى دەم قورگ يان پاش ھەلدىرىنى بۇرى ھەوا، دەپتە ھۇي لەكىس چوونى (نەزىكى ۵۰۰ مىلى لىتر ئارو/ لەرۇژىك دا، لەمەتەمەيە كە لەپەن ئەر ھەوايە شەدار بىكەين كە لەبۇرى ھەواي ھەلدىرە ھەلەدەمۇرتت.

كە لەگەل خۇي كان دا كەم بىكات، ئەوا لەم بارانەي خوارەدا رۇدەدات: ۋەك رشانە، ئاسۇرى رىخۇلە، خۇيىن بەرپون، گېخواردن (Sequestration) ى شەلە لەشانەكان دا پاش زەبىر سوتانە ۋەردەكەوتت.

لەئىشانەكانى: پەستانى خۇنى نەخۇشەكە بەقەنجىرە ۋەدەبەزىت، زۇرتىنەۋىتى، ھەست بەبىتىنى دەكات، مىزى كەم دەپتە، خەستى مىز بەرۇ دەپتە. كەمىك پەلى گەرمەي لەش دادەبەزىت.

بۇ چارەسەر تەئىت بەخۇييارى ھاسەنگ قەبارەي شەلى ئارو بۇرىيەكانى خۇيىن، بىگەرتتە ۋەخى ئاسايى.

زۇرپونى شەلى لەش، دەشەت {پزىشكارى - Iatrogenic} بىت، {ۋاتە دەرەخامى چارەسەر بىت، ۋەك زۇر شەلەكەنە نەخۇشە}، بەتايىمى كەمەندىكى زۇر شەكرارى ۵% {Glucose Water 5%} پاش نەشتەركارى دەدەرت بىنەخۇش. يان ئەگەر بەقارى رۇوت {رىكەشۇرى - قەنە Enema} بۇ نەخۇشەكە كرا، يان كە ئارو رۇوت {يان لەگەل گلايىن - Glycin} بەكارەنرا بۇ شەتنى مىزەلەن پاش برىن لاپەردى پزۇستات {Prostatectomy} ھەروەھا كە ھۆرمۇنى {دۇمەز - ADH} زۇر دەپتە، ۋەك پاش زەبىرى سەر، يان كە لەمەندىك شەپەنە ۋەردەدەرت، يان كەلەسوتانەمەي بىكى سەيەكان {Basal pneumonia}

ۋ كىم كۆرۈنە ۋەلەپەردەي سىپۇش {Empyema} ئەم ھۆرمۇنە زۇر دەپتە: ئەوا ئارونكى زۇر لەلەش دا كۆدەپتە.

نەيشانەكانى:

لەش دەئاۋىت، كىش زىاد دەكات، مۇشەكە گىژ دەپتە، ھەست بەبىتىنى دەكات، ھەندىك چار توشى گەشەكە دەپتە يان بىن ھۇش دەپتە، نەخۇشەكە ھەلجەي زۇر دەدات، ئارونكى رۇون دەپتە ۋەلەپەردەي ھۆرمۇنى {دۇمەز} دا نەپتە نەخۇشەكە مىزىكى رۇون زۇر دەكات. خۇيىن رۇون دەپتە، ئاستى خۇيىكانى خۇيىن كەم دەخۇتتە، لاي چەپى دل سەت دەپتە ۋە شەلە دەگەرتتە بىكى سەيەكان. خۇتەنەنەكانى مىل لەنەقەمى سەستى لاي راستى دل دا ھەلەدەئاۋىت.

بۇ چارەسەر

۱- چىت ئار نەدەرت بەنەخۇشەكە.

۲- ئوانەي سەستى دل و گۈرچىلەكان ھەيە، خۇيىكان لىن ياساغ بىگەرتتە دەرمانى {مىزەدەر - مىزاۋەدەر} يان بەرتتە.

۳- ئەگەر زۇر سەخت بىسۇ خۇيىنى بىپاللىۋىت {Haemodialysis}.

دەۋم: گۇرپانى چى: Concentration changes

دەشەت لەگەل ئەۋەي ھەندى خۇيىكانى لەش ئاسايى بىت، بەلام ئاستەكەي لەشەكانى لەش دا، بەرپو كەمىيان زۇرى بىگەرتتە، لىرەدا دەپتە رۇيا بىن تايە نەخۇشەكە پىتەستى بەرپە خۇيى بەدەينى يان نە؟

كەم سۇدۇيە: Hyponatraemia

ئاستى ئاسايى سۇدۇيەم لەخۇتەن دا (۱۳۷ - ۱۴۷) ماڭ/۱۰۰مىلى لىتر) ئەمەش لەنەقەمى زۇرپونى ئارو لەش يان لەدەست دانى خۇيى سۇدۇيەم لەشە ۋەست دەپتە. باۋترىن ھۇي كەم سۇدۇيەم، نەخۇشەيە نەشتەگەيەكانە، ۋەك گىچانى رىخۇلە بارىكە. كەمەندىكى زۇر شەلى (گەدە، زارو، پەنكەرياس ۋەدەراۋى رىخۇلە) بەھۇي رشانەمە ۋەرەنەنە ۋەلەكىس لەش دەپتە. ھەروەھا رەۋانى تۇوند ۋەك بەلەفە، چاۋقۇلە (cholera) ۋە سوتانەمەي ھەي كۆلۇن (ulcerative colitis) ۋە سوتانەمەي كۆلۇنى دەرمانى { pseudomembraneus colitis} ۋە ئاسۇرى رىخۇلە، دەپتە ھۇي كەم سۇدۇيەم ۋە ترش بونى خۇيىن. ھەروەھا لەستى سەر گۈرچىلە گلائەدا كەم سۇدۇيەم ۋە زۇر پۇتاسىيۇم رۇدەدات. ئەم كەم سۇدۇيەمە لە زۇرپونى ھۆرمۇنى {دۇمەز} ىش دا رۇدەدات.

نەيشانەكانى:

ۋى - Lethargy: ئەقەمى ئاۋسانى خانەكانى ھەشەك

مشاری خوئین: نهماسی بهزیوونمدهی پمستانی نساو
نهماسر

خوئینهنمدهگان: فش و خوئینتیکی شینی توخی تیدایه، میز
نهمدهیتمه، میزه که توخو چری به کئی زوره (کلوزایدی کم
نییه یان هیچی تیدا نریه).

نهماره تونده کان دا: چار بندوق دا دهچیت، دهم و چار
نهمچیت، نساو دا شلکمی که لئلسر (Fontanelle)
نهمزیت، زمان روشکو به تلخ ده گزیت و نساوی دهیت.
ییت روشکو چرچه، نهخوشه که زور له نهمنی خوئی زیاتر
چ ده ده گزیت.

گسر کم سوزیومی به که (قیشر - Acute) بسو واته
نهمکت و پری رویدا، نساو دهیتسه هسوی گمشکه -
Convulsion - .

چارهسور: گسر هینه کم بو، نیشانی دهریگزیت، نساو
نهمیت هیندیکی کم خوئی یاری خست (Hypertonic
solution) واته گراوی (۳٪)ی خوئی یاری چیشتی بهدین.

نهمباره سوزوگره گاندا: چیمتر نساو نساو زیت
نهمحوزه که به خوئی یاری ناسایی (۰.۹٪) (Normal Saline)
نهم: باره که هاوسنگ دهیتمه.

نهم سوزیومی: Hypernatraemia

نهم نهخوشاندا ده ده گزیت که خوئی یاری ناسایی
(۰.۹٪) یان به زوری زویش نهمشتر گری ده دزیت. یان
نهم حق که ناری رووتیان له کیس ده چیت.

نهم نه گانی: کم نیک ناسانی دهم و چار، نهمویتی، تاداری،
نهم خیرا لئ دهات، نهموانیه لهش نساو سیت، بهتاییستی
نهم سیت دا (نهمگر نهم ناسوی به ده رکوت، نیشانی نهمویه
نهمش (۵، ۶ لیتر) ناری زیدی تیدایه). کیشی نهخوشه که زور
نهمیت. نساو دا شلکمی که لئلی سوز ده ده پزقیت، کیش زیاد
نهمکت. ساواکه ده نساو سیت و میزی زور ده کات.

چریم: ناری رووت یان شه گراوی (۵٪)ی پلریت.

چیر خوئی یاری ناسایی (نهمدا - ۰.۹٪)ی نهم دزیت.

نهم پوتاسیومی: Hypokalaemia

نهمی ناسایی پوتاسیومی خوئین (۵ - ۳ و ۵) ملگم
نهمیت. نهمدوجور کم پوتاسیومی روو دهات. به کم
نهمویتی کت و پیری، وک لهین هوشی زور شه کری
نهمش (Hyperglycemic coma). دووم بهشینی و ده ده
نهم دهات: نهمش به زوری لئ نهخوشاندا دهیتسرت
نهمدهانی (میزه ده) به کار دهینن یان نهموانی تووشی
نهمی دهین، یان سوزو تانموی هسوی گزیت، زیاده گزیتی

تیسکئی رتکه، یان ناسوی رنواله کان یان گهنده کومی
رنواله باریکه (ileostomy) یان هیده.

به کیک نهمزیاوه گانی ده ریتانی ده دروای گنده، به هوی
بوری (لوت - گنده) Nasogastric - {
tule}، له گزیتی ده رکوانی دوازه گزیت، پاش هسوی
دوازه گزیت. هسوه ها لئ نهخوشاندا روو دهات
نهمشتر گزیتان بۆ شیرچه نهمی رنواله بۆ ده گزیت.

پوتاسیوم به گرن گزیتان بۆن داد نریت، له کاری گه یاندنه
ده هاری و کاری ماسولکه کان دا پتوسیت بیت.

نیشانه کان: بن تینی ماسولکه کان، پاشان دهیتسه شله
نیفلیجی (Fiaccid paralysis) بن تینی ماسولکه گانی
نهمانسان دهیتسه هسوی نهمی همناسان روو کار
(shallow) و خیرا بیت. بن تینی ماسولکه گانی تر دهیتسه
هسوی زمان گزیت، گزیتونی فرتهی جومگه کان
(Hyporeflexia) همناسانی سک له نهماسی نیفلیجی
رنواله - (paralytic ileus) ده ده ده گزیت.

لیدانی دل ده شتوت: بهتاییستی نه گسر نهخوشه که ده رمانی
(دیو کسین) نجات، چونکه نهم ده رمانه دل ماسولکه زور
نهمستیار ده کات بۆ کم پوتاسیومی به که، نواوی دل لئ کم
پوتاسیومی به ده ده گزیت. تا لئ گزیتان نه تی به گزیت دهیت
باسی شه پزله ناسایی به گانی نواوی دل به کین.

هسوی به کیک لئ به زوری و نهمی یانه لئ نواوی دل دا، نواونکی
هسوی هسوی گزیت و حوانموی بهشیتی دل ده ده خن.
بۆ نهمونه (P)، گزیتونی گولچکه له (Atrium) گانی دل
ده ده خات، له کاتیک دا نهمی تری که پزی ده لئین (QRS)
گزیت و حوانموی (زکول - Ventricle) گانی دل
ده ده خن.

له کم پوتاسیومی دا لئیشوره ماسوی (QT)
ده زده بیتمه، بهشی (ST) نهم دهیتمه شه پزلی (T) پان یان
نهمخت دهیتمه. وک له خوار ده ده ده گزیت. روو ده ده گسر
چارهسور نه کرا دهیت به فرته فرتی زکول (Ventricular
arrhythmia).

چارهسور: پوتاسیوم لئری ده مده به هوی زور پیدانی
(شیر، گزیتا، ناوگی میوه، همنگین).

یان خپلی هه لچو (حب فوار) ۲ گم/شش کازتر
چارنک

له باره تونده کان: پوتاسیوم که لئری خوئینهنمده،
ده دزیت به نهخوشه که، ده ترانزیت تا (۶۰ ماف/کازتر) نیک دا
پلریت. به لام گسر ناسته کئی زور نهم بو یان لیدانی دل شوا
ده ترانزیت (۲ ماف/خولک) نیک دا پلریت، بسو هسوی



دەتوانىرت يەك ئەمپول كالىسىۆم گلوكونەيت (۱گم؛
بىرلىت بىنەخۆشەكە؛ ئەمە ئاستى پۇتاسىۆم ئاگۇرەيت، بەلام
كارىگىرى پۇتاسىۆم لىسەر دل كەم دەكاتەرو ناھىيەيت لىندانى
دل بىشۆرنەيت.

پاشت نەخۆشەكە بىمەردەوامى پىتوسىتى بەچارەسەرتكە، كە
تووشى زۆر پۇتاسىۆمى نەبەرو. بۆ ئوونە {كەيى كسالىەيت}،
كەبەشئوى دەم يان رىكە شۆرى بىرلىت، پۇتاسىۆم لىرىغۆلەكان
دا گل دەداتەرو ناھىيەيت بىچىتە خوئەرو.

نەگەر ئور رىكە چارانەى سەروە سوودى نەبو، ئووا دەيىت
{خوئىن پالارتىن - Dialysis} ى بۆ بىكرىت.

كەم كالىسىۆمى: Hypocalcaemia

زۆلى بىنەرتى كالىسىۆم، لەكرۇبونى ماسولگىو گەيانەندە
دەمارىيەكاندايە. ئاستى ئاسايى كالىسىۆم لەخوئىن دا (۹تا
۵۰۰ملىگم/۲۱۰۰) دايە.

ھۆكەنى كەم كالىسىۆمى: -

نەخۆشەكە بىرلىتە ژىر نەوارى بىمەردەوامى دلەرو Cardiac
Monitoring و زۆر زۆر ئاستى پۇتاسىۆمى خوئىن بىپىئورەيت.
زۆر پۇتاسىۆمى: Hyper Kalaemia

دەروەجىامى سىستىروەستانى گورچىلە، مەردنى شانەى
لەش، تەرش بوونى خوئىنى زىندەپالى Metabolic
acidosis) يە، كە دەيىتە ھۆى دەروچوونى پۇتاسىۆمى
خانەكان. ھەروەھا ھۆى پىزىشكارى ھەيە وەك پۇتاسىۆم بىرلىت
بىنەخۆشەكە گورچىلەى سىست يان وەستايىت. يان پۇتاسىۆم
بىرلىت بىوانەى كەناھارسەنگى ئارووخوئى لەشيان ھەيسو
ھىشتا قەبارەى شەى لەشيان نەگەرئىراوەتەرو دۆخى ئاسايى.

نەشانەكانى: نەخۆشەكە ھىلنچ دەدات و دەرشىتەرو نەوارى
دلەى، شەپۆلى (T) قوچ دەيىت، لەوانەيە دل بوەستىت.

چارەسەر: دەيىت دەست بەجىن چارەسەر بىكرىت؛ يەك دەزى
سۆدۇم بايكارىونات و (۱۰) يەكە ئىنسۆلىن (Insolin) و
دەزىيەكى (۲۵گم) گلوگۆز، دەرتىت بىنەخۆشەكە. ئەمە
بەشئوىەكى كاتى پۇتاسىۆم دەناختىتە ئار خانەكان و ئاستى
لەخوئىن دا كەم دەكاتەرو.

۱- سستی تنیشت مله قورته ګلاند: Hypoparathyroidism: که به زړی پاش نشترکاری جریزه {Goitre} و مل روودات.

۲- تفت بونی خوئن: Alkalosis: که به کت و پری روودات دهیته هوی نرم کردنوی ناستی نایونه کانی کتیزم}.

۳- پنکریاسیت {Pancreatitis}، دهیته هوی نومی کتیزم} له جوری ناو عناروا بنیشت و ناستی له خوئن دا کم دهیته.

۴- نه خوئانه کانی کونندامی هرس وک کونیشانی تورتی ریخته، ناسوری ریخته {Intestinal Fistula} و س- چون.

۵- پاش خوئن پیدان: به تایی می نه گمر خوئنه که له گمل EDTA} (که ماده که ناحیت خوئنه که بهیته)، دا منکریا بو. نوا کالسیومی خوئن له گمل {EDTA} دا یکه نه تریته و به چالا که کم دهیته.

نمیش کاتیک روودات که خوئنه که به خیرایی (په که یکه PTT) یک خوئن یان زیاتر له (۱۰) خولک دا بدیته.

نیشانه کانی: زیاتر نیشانه کان دمارین، دوری دم بهیته، دست و پخه رفق دهیته و نیشانی (چقوستک - chvaster) دوره کورت. له نواوی دل دا مساوی (QT) ریته دهیته.

نه گمر کالسیوم زړ کم بووه دهیته هوی گمشکه. چار-سر: وک چاری دم و دست (۱گم) کالسیوم تر کونیت، له سرخو به خوئنه تر به نه خوئنه که دهیته.

نوا نومی پیروستیان به چار-سری دورودرتزه، دهیته نیت مین (دی) و (کالسیوم) یان به دم بدیته... زړو چار له گمل نومی کالسیوم دا ماده {مه گنسیوم} یش کم نهیته. باشه خوئنه که بز نم خوئنهش پیشکورت.

زور کالسیومی: Hypercalcaemia هوی بنیشتی زور کالسیومی بریتی به له زیاد پزی تنیشت مله قورته ګلاند Hyperparathyroidism یان نومی شیربانه می که تمش نه یان کردوه بز نیتسک: وک شیربانه می صحت، سی و پروستات.

هوی پزشکیارش هیه، کاتیک نه خوئ تروشی کونیشانی شیر تفت {ی دهیته، به تایی می نوا نومی هوی گدو و رانز و گری یان هیه ماویه کی دورودرتزه شیر تفتی دزه ترش لوی گده به کار نهیته.

زوری نه خوئنه کان بنیشت یان تمینا سریان دیشیت و صحت به اندو بوون ده گمن. پاشتر نیشانه کانی کونندامی

هرس وک هیتنج (Nausea)، رشانوه (Vomiting)، کم کردنی کیشی لش و تینویمتی دوره کورت. نوا نومی شیربانه میان هیه تمش نه یان کردوه بز نیتسک، نازاریان دهیته. بهری گورچیلو له کساندا زړه که زیاد پزی تنیشت مله قورته ګلاند یان هیه.

چار-سر: بهیشتی کت و پری، فرای نه خوئنه که بکونین. تکرر نوا (Hydration) و میزاندنی نه خوئنه که بهی میزدوری وک {فروسیاید}.

نوا نومی چاری دورو در ژبان دورت، نوا {ستیزید} و {مپره مایین} دورتین. نم درمانه پاش چند ریخته کاریکری یان دوره کورت.

نوا نومی زیاد پزی تنیشت مله قورته ګلاند یان هیه، دهیته نشترگری یان بز بکرت.

کم مه گنسیومی - {Hypomagnesaemia} تروشی نوا نه خوئنه دهیته که به برودوامی دورواری کونندامی هرس یان له کیس دهیته وک له ناسوری ریخته یان سو تانوی هوی کولون. یان نوا نومی ماویه کی دورودرتزه خوئ یار، شه گراو بهی {مه گنسیوم} به خوئن وره گرن. هره وک نوا نومی تروش دین که بهیشتی زوری ریخته یان لاد برت یان جگوریان شی دهیته و یان تنیشت مله قورته ګلاند یان ست دهیته. له نوا نومی دا روودات که ناخون، به ممتن، روانی در ژخا مینان هیه یان تروشی {پنکریاسیت} واته سو تانوی پنکریاس) دین.

نیشانه کانی زور له نیشانه کانی کم کالسیومی دهیته وک قه بز گاندن - {Delerium}، سزوی فرمی ماسولکه - {Hyperreflexia} و گمشکه {Convulsion}.

چار-سر: چیر نهیته مگنسیوم له کیس لش بهیته. وک پیوست {مه گنسیوم} یان بدیته. به چند هفتیه که کوی نم ماده له لش دا پر دهیته.

زور مه گنسیومی: Hypermagnesaemia لهستی و ستانی گورچیلو له نوا نومی روودات که دزه ترش لوی {مه گنسیوم} وره گرن.

نیشانه کانی: Lethargy، لاوازی. در ژبو نومی (PR) و (QRS) ی نواوی دل.

چار-سر: تکرر نوا نومی نه خوئنه که، چیر مه گنسیومی نوا نومی. له نه خوئنه که میزانی نی به یان که نیشانه کان بهیته دوره کونین، دهیته خورتیان بیالینین.

سزیم: پنکاته گزان: Composition changes

ترش بوونی خوڼ: ACIDOSIS

۱- ترش بوونی خوڼی زنده پالي: Metabolic acidosis

نمېش کاتېک روده دات کمفتی خوڼ کم بکات پان ترشی له خوڼ دا {جگه ترشی کاربونیك} برزیتموه، واک نم بارانی خواروه:

+ زیاد بوونی ترشه جیگره کان: Fixed Acids

واک دروست بوونی {تفی کیتون - Keton body} ی لبرسی بوون نه خوڼی شه کرده، پان که له کسبوونی پاشمړ لومستانی گورچیک، پان که له کسبوونی (ترشی لاکتیک - Lactic acid) و {ترشی پایروئیک - Pyrovic acid}، لمېن باهمناسی پاش وستانی دل پان پاش نمشتوگری بزوری کانی دل. لم باراندا {رابری کارلیک - PH} داده بزیت بز (۷۱).

+ له ده ست چوونی تفته کان:

واک روانی برده واک، سوو تانوبی هووی کولون، ناسوری گده - رغو له نمستوه، ناسوری رغو له باریکه، دهره نیانی برده واکمی دهره وای رغو له کان.

نیشانه کانی: لمرش بوونی تروندی خوڼ دا، یه کم نیشانه همناسی قول و خیراو دنگداره، قولی به کمی له نجاسی نمویه که دابزنی {رابری کارلیک - pH}، مه لېندی همناسه ده هژنیت ثابتوانیت {ترشی کاربونیك} ی زید له لمش دا نه نیلن.

تغیا لمرش بوونی خوڼی گورچیکه یی [Renal]

Acidosis دا نمیت، له باره کانی تره سیزترش دهیت.

ناستی بایکاربونات داده بزیت و تفت کم دهیتوه.

چاره سر: کاتیک ترش بوونوه له نجاسی کم نوکسجینی (Hypoxia) ی شانه کانی له شه، نووا چاره سر پاستی شوو نم شانانه واک پتویمت بنوکسجینرن [Oxygenation] ده نا تغیا به پنداسی تفتی [سوده بزم بایکاربونات] کیتشه که چاره سر ناکرن.

چونکه بایکاربوناته که به زووی ده گورت بز (CO₂)، خانه کان زیاتر گرژ ده کات. نم بایکاربوناته تغیا له کاتیکدا سوو به خشه که لمش (تفتی) له کیس چویمت پان ترش بوونکه هینده توند دهیت، کار له ماسولکه کانی دل بکات.

۲- ترش بوونی خوڼی همناسی: Respiratory Acidosis

نمېش کاتیک روده دات که پستانی دووم نوکسیدی کاربون (PCO₂) له ناستی ناسایی برزترییت، واک شو کاتاسی که سیکلدا نوجکه کان پاش هووا نادرن

له باری ناسایی دا چری نایونی هایدروجن له خوڼ دا (P.H) له نیوان {۷.۳۶ تا ۷.۴۴}، ترش بوون و تفت بوونی خوڼ نیشانی نرمو برزی نم {رابری کارلیک - PH} ده. لمرش بوونی خوڼ دا: ترشه کان له خوڼ دا که له که ده بن، پان تفته کان که م ده بنوه، بهمه {رابری کارلیک - PH} داده بزیت. بهینچووانوه خوڼ تفت دهیت.

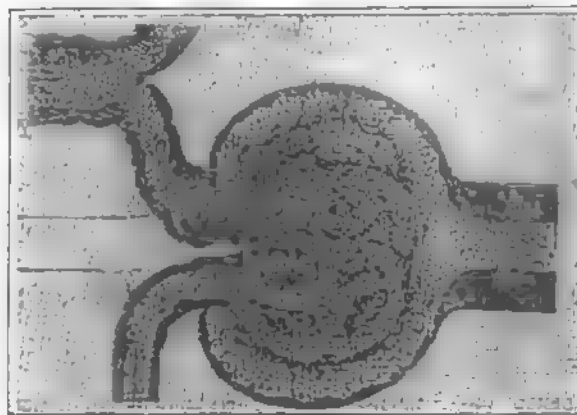
رابری کارلیک به کومه له {هاوسنگهین - Buffer} یک ریک ده ترش، که نموانش ترش و تفتی لاوازن، گرنکترنیان ترشی کاربونیك {H₂CO₃} بایکاربونات {HCO₃}، جگه لم هاوسنگهینانه، سیره کان دووم نوکسیدی کاربون (CO₂) فوی ده و گورچیکه لبرزی میزوه ترش و تفت فوی ددهات و رابری کارلیک ریک ده خن.

له کانی ناسایی دا رژی ترشی کاربونیك بز بایکاربونات (۲۰/۱) ده، هر گزوانیکمی نم رژی ده، دهیته هووی گزینی رابری کارلیک، پان نموی گوی برتته هیندی ترش و تفتی ناو خوڼ.

کپژده که کم دهیتوه: (خوڼ تفت) دهیت، بهزوری رژی که (خوڼ ترش دهیت).

ناستی {بایکاربونات} بهوکاری زنده پالی ده گورت، بهلام ناستی {ترشی کاربونیك} بهوکاری همناسه دانه ده گورت. گزانی هره که پان دهیته هووی خستمبری {Compensation} ی لبرتریان، بهم شپوهیه نم (رژ) و {رابری کارلیک} بهمه گزوی دهیتوه برزی و نرمی (ترش) و (تفت) ی خوڼ بههزی پتوانمی گازو کانی خوڼوه ده پتورت. پستانی ناسایی دووم نوکسیدی کاربون (PCO₂) له خوڼ دا (۳۱ - ۴۲ ملم جیوه) ده، پستانی ناسایی نوکسجین (PO₂) له خوڼ دا (۸۰ - ۱۱۰ ملم جیوه) ده.

ناستی ناسایی {بایکاربونات} له خوڼ دا (۲۲ - ۲۵ ملم جیوه) ده.



ھىناسى خىترى شۇنى بىز، تادارى، بىرىندارى ژۇرلانگە (Hypothalamus) ۋە (مەكۇكى - Hysteria) ش خىرن تفت دەكەن.

گورچىلە ھول دەدات بايكاربۇنات دەرىھائىت، بەلام نەم خستە بىرىە كارىگەر نىيە. لەكاتى بىنج دا نىشانى تفت بون برىرىە لەرەنگ ھەلېزىگان ۋە دابىزىنى پىستانى خوتىن، لەقت بونى توندا ھىناسە دەستىت

چارەسەر: كە ھىناسەدان سست بىو، دەبىت دووم ئۇكىدى كارىون بەدىن بىنەخۇشەكە. ۋەك ئىۋەي لەكاتى خىرا ھىناسەدانى (مەكۇكى) دا {كىس} ئىك دەكەنە سىرى نەخۇشەكە، تا ھىناسى خىزى ھەلېزىتەرە بەمە (دووم ئۇكىدى كارىون) كە زىاد ئەكات ۋە مەلەندى ھىناسە دەمۇتتە، تا ھىناسەدان ئاسايى بىكاتەرە ھىروە دەبىت بەدۋى ھىزى تفت بوونەكەدا بىگەرەن، بىنۇزىنەو چارى بىكەين ۋە ئاگادارى ئامىرى ھىناسەپىندان بىن، بۇ ھىر نەخۇشە ۋەك پىتۇست رىك بىرەت.

سەرچاۋىكان

1. Bailey & Love's short practice of surgery
22th Edition
chapman & hall medical 1995
page (28 - 33)
2. Principles of Surgery
SCHWARTZ
Sixth edition 1993
Page (17-21)
3. Harrison's Principles of Internal Medicine
12th edition 1991
page (769 - 772)
4. Davidson's principles & practice of Medicine 16th
edition 1991
203 - 228
5. Physical Examination & health Assessment
Carolyn Jarvis 1992
Page (125 - 165)
6. Physical Signs
Allan clun 1986
17 th edition
7. Page (5-7)
8. Page (228 - 232)

Ventilation) نەمەش لىو نەخۇشانەدا رۇدەدات كەلەتۇر كە باش ھىو نادىقن پان ئىوانى نەخۇشى سىيەگانىيان ھىمىر نەشتەرگىريان بۇ دەكرىت چارەسەر بىوە بىكتانۇچەكەكان باش ھىو بىرىن .

تفت بوونى خوتىن: Alkalosis

1- تفت بوونى خوتىنى گورچىلەيى: Renal Alkalosis
خىرىە لەزىادبوونى تفتى لەش پان كەم بوونى ھىو تىتە. جىگە لە ترشى كارىونىك (H_2CO_3).

نەمەش دەرىھامى ئىم باراننى خوارەوۋىە:
• زۇر خوارەنى تفت {ۋەك دۇرە ترشەلۇكى گەدە}
• نەمەست چوونى ترشەلۇك ۋەك زۇر رشانەو، پان زۇر ۋە ھىروەنى دەرداۋى گەدە.

• زۇرى كورەتەنۇق: ۋەك زۇر ۋەرگرتىنى {كۇرتەنۇق}، مەمەت چار لەكۇتىشانى {كوشىن} دا رۇدەدات.
سەيەكان بەگ لەنەرە {Retension} ى دووم ئۇكىدى خىزى. ھول دەدات، بىخاتەرى، گورچىلەش بەدەرەھارەشتى بىگىرۇنات، مېز تفت دەكات ۋە ھول دەدات بىخاتەرى.

نىشانەكانى

ئىۋانى كە بەھۇز دەست چوونى ترشەلۇكى گەدەتەتۇش مەن . ئىۋا نىشانەكانى گىجانى دەرەكەۋانى دوانزە گىرەپان تەبەدەكە رىت ، نىشانى تفت بوونى توتۇد {سورە ھەمەي چاين سىتۇكس - cheyne - stoke} ، خىرىە لە ھىناسەدانىك ، لەھىر سورۇك دا ھىناسە رەمەجى (۵ - ۳۰) چرەك دەرىتەت . ھەندىك چار دەست ۋە سىمەت رەق دەبىت ۋە ئەتوانرەت نىشانەكانى كەم كالىسىۋى محۇشەكە دا بىرەتە رەو .

زۇر تفتى ئەبىتە ھىزى بىرىندارى ئارپۇشى گورچىلە سستى خىرىلە.

چارەسەر:

تفت بىوون بەتەننىيا بىن نىشانەكانى كەمى پۇتاسىۋم چەمەرى ئاۋىت. تەننى ھول بەدە ھىزى سەرەكى تفت بوونەكە چەبىكە

تەگەر كەمى پۇتاسىۋمى لەگەل دابىو، ۋەك پىشتەر باس كە . چارەسەر دەكرىت.

2- تفت بوونى خوتىنى ھىناسەيى Respiratory alkalosis

alkalosis نەمە كاتانە رۇدەدات كە پىستانى دووم ئۇكىدى كارىون لەئاستى ئاسايى (۳۱ - ۴۲ مەم جىو) كەتەر دەبىتەرە، ۋەك لەكاتى زۇر ھىناسەدانى كاتى بىنج تەمىرى ھىناسەپىدان {Ventilator} كە خىرا دانرايىت.

ئارداق بۇر

جىمىل جالال

ماۋىستا لە كۆلىنى كىشتىكەن

لە خىشتى ۋىمارە (۱) بە رىۋىنى دەردە كىمىك نىخىكى
خۇراكى زۇر گىرنگى ھەيە بۇر ئۆلە رىۋىنى پىرۋىتىن و چىۋىرى
تەخمىكەن لە كىمىكەن زۇر زىياتىن لە ئارداق سىپى و ئارداق بۇر.
لەلايەكى تىرىشە كىمىك بەرۋىتىن رىۋى لە رىشالى تىيادايە
كە ئەگە ۹%.

يەكەنكە لەمىرە گىرەكەن كۆنىندامى ھەرسى مۇرۇف لەم
سەردەمەدا كە زۇر تەشەننى سەندە گىرەكەن يە قەبىزە ئاكامە
خىراپەكەن بەكارھىتەننى ئارداق سىپى ۋەك لاۋازى ئارداق سىپى
لە قىتەمىنەكەن و پىرۋىتىن و تۇخەكەن و كىمى رىشالە تىيادا كە
دەيىتە ھۆى قەبىزى مۇرۇف. بۇ چارەسەركەننى ھەندىكە لە
گىرەكەن كۆنىندامى ھەرس لە دەھە سالل لەمىرەسەردە
زاناكەننى خۇراك داۋادەكەن كە بىگىرەنمە بۇ بەكارھىتەننى
ئارداق بۇر بۇر دەردە كىمىكەن نەن كە رىۋىيەكى گۇنجاۋ لە
رىشالى تىيادايە و يارمەنى كارەكەن كۆنىندامى ھەرس دەدات
لەمەش ناسان كەردى ھەرسى خۇراك و لاۋەندى قەبىزى
تارادەيەكى زۇر ھەل لەمىرەمەيە كە ئىستە لە زۇرەيى
چىشتەكەننى ۋىلاتە پىشكەتۋەكەننى كىمىك لەمىرەمىزى
خۇاردەن دادەنەرت تارەكە بىتە ھەندەرتكە كە مۇرۇف زىياتى
بەكارى بىتەننى ۋە تارادەيەك بە كارى بىتەننى تارەكە جىگى
بىشەك لەمىرەكە ۋەن بۇرەن ئارداق سىپى بۇ بىگىرەنمە.
ئارداق بۇر گەۋەرتىن رىۋى لە تۇخەم و قىتەمىنەكەننى تىيادايە
بىتەننىمە كەمىرتىن رىۋى لە ئارداق سىپى دايە ۋەك لە خىشتى
ۋىمارە (۲) دا دەردە كىمىكەن:

دەنەرتە ۋەك گەم و جۇر بىرەن ئو خۇراكانى لىيان دەردە
دەكەن لىيەننىكى زۇر گىرنگى پىك دەھىنن لە خۇراكى مۇرۇف دا
بەتايىمى لە ۋىلاتە رىۋىيەلە ئارداق سىپى كە ھەل لەكەنمە
شارەزىيان پەيدا كەردە لە بەكارھىتەننى دەنەرتە، بەتايىمى
گەم كە يەكەنكە لە ھەل گىرنگەرتىن دەنەرتەكەن بۇ دەردە
كەردى نەن بەكارەيت.

دەنەكى گەم لە چەندىن بەش يەكەتۋە لەۋانە بەشى دەردە
گەم كە لە ۹% ى پىك دەھىننىست و دىۋى ھەرىنى پىۋى
دەرتە كىمىكەن كە نىخى خۇراكى لە ھەمىرە پىك ھاتۋەكەننى
تەرى گەم بەرۋىتە ۋەك لە خىشتى ۋىمارە (۱) دا دەردە كىمىكەن:

خىشتى ۋىمارە (۱) پىك ھاتۋەكەننى دەنەكى گەم (%)

پىكەتۋە دەكەن	ئارداق بۇر	ئارداق سىپى	كەپەك	كۆرۈشەي دەنەكى گەم
كارىۋەيد رەيت	۶۸	۷۴	۵۰	۱۸
پىرۋىتىن	۱۳	۱۱	۱۷	۳۰
رىشال	۳۳	۰۴	۹	۲
چىۋىرى	۲	۱	۱۱	۱۱
تۇخەمەكە ن	۱۳	۱۱	۱۷	۳۰

چاره‌کردنی نه‌خوشیه‌کانی

گوچی‌که به لی‌زه:

تروش بووندگان و هم‌کردندگانی گونج‌که، دواي هلاکت دودم زورترین نه‌خوشی بلان لمانو مندا لاند، به‌لای کدم‌دود مندا لاندگان توشی ی‌ک باری نه‌خوشی دهن، به‌لمودی بگنوی ته‌منی (۵) سالی، دم باره ده‌بیته هوی لاوازی به‌کی زور لاند جه‌تداربتهی (حاسیه) یستند.

لی‌کول‌دودگان ته‌کنیک‌کی چاره‌کردنی تازهی خیراوی بی‌نیشو نازاریان داهیناوه، ده‌بیت بیته بیرکاریکی (بدیل) چاره‌کردنی دوه ژبانه‌کان (المجاهدات الحریه) و کاره نه‌شتر گریه‌کان.

دکتور هیرشوت سیلفرشتاین پی‌پوری نه‌خوشی به‌کانی گونج‌که له نه‌خوشخانی (ساراسوتا میسوریا) له ویلایتهی فلوریدا ی‌ته‌ریکی دا رویتی کرده‌توده کوا لاند ته‌کنیک تازه‌ی که یو چاره‌کردنی هم‌گردنی گونج‌که داهیناوه و پی‌ی ده‌تربت (لیزر اوتولام)، بو‌دی تره (امین) له دوه ژبانه‌کان و لوزیه‌کانی نه‌شتر گریه‌ی.

ته‌کنیکی لی‌زه‌که له‌دایه که ده‌تربت (قگره) تاپیه‌تی مو سو‌کردنی گونج‌که به‌کار ده‌تربت، نینجا به‌کاره‌تانی بوناسی لی‌زه‌که یو دروست کردنی گونج‌کی زور بچو‌ک له‌پدری گوندا.

که ماره دودات یو خیرا به‌تال کردندهی شو شله‌ی که اکوب‌توده، دوکتور سیلفرشتاین و ترویده‌تی که لاند ته‌کنیکی لی‌زه ده‌بیت له لی‌نور گدی (عیاده) دکتور دکاندا بکرت. بدینجه‌اندی بوزی به‌کان که پی‌یستی‌یان به نه‌شتر گریه و سو‌کردنی گشتی ده‌بیت، و شله‌کمش له ۸۰ ی نسو نه‌خوشاندا که به لی‌زه خویان چاره‌ده‌کدن جاریکی تر تاگرتتدرو پی‌یستی‌یان به بوزی و هیچ جوره چاره‌کردنیکی لی‌زه‌ی تر نابیت، دوکتور سیلفر وای ده‌بیت که له تواناوه ده‌بیت الیزر اوتولام) و دکو به‌کدم هیللی چاره‌کردن تروش بونده‌کانی گونج‌که له‌جیاتی دوه ژبانه‌کان به‌کار به‌تربت و تاپیه‌تی باری نه‌خوشی به‌کان نابیت به باریکی درخ‌خایان خورده‌ها نه‌خوشه که پی‌یستی به دانانی بوزی نه‌شتر گریه نابیت، نه‌کفر لاند که داره له قوناغه سدرتایی به‌کان نه‌خوشی به‌کندا بکرت.

نیاسین / ملگم / پارت	B2 / ملگم / پارت	B12 / ملگم / پارت	Fe %	P %	Ca %	جند / %
۲۸ و ۹	۰ و ۶۰	۲۵	۰ و ۰۰۶	۰ و ۱۱	۰ و ۰۶	خبر
۴ و ۳	۰ و ۱۲	۰ و ۵۵	۰ و ۰۰۲	۰ و ۲۲	۰ و ۰۴	خبر

جیم چندین فیتامینی گونگی تپدایه و له B2 B1B6 که نه‌ی گونگی بی‌هاوتایان هدیه له پاراستنی مرؤف نه‌ی حوتی شو‌کوتری و هم‌کردنی ده‌ماره‌کان، به‌ز کردندهی نه‌ی چلاکی مرؤف هوردها بونی فیتامین E که روتی له نه‌ی سیکسی مرؤف دا هدیه جگه له فیتامینه‌کان که به‌کامی توخی تپدایه و له فوسفور که گونگی هدیه یو کاری به‌کان و میشک هوردها کونفنداسی زاویزی و ناسن نه‌ی گریه لاسر به‌تربونی خورن هدیه و سلیکون که به‌تربونی به‌تربونی قش، و ده یسود که هله‌ده‌سیت به یخعتنی روتی پیری‌زاده (درقی).

م‌چ‌وه‌کان:

Martin, J. Hand Warren, H. Leonard

1986.

Principles of field crop production.

Macmillan company. New York. U.S.A.

وفقی الثماع و عبدالحمید احمد الیونس

۱۹۸۰). المحاصیل الحبوبية والبقولية

انتاجها و اسس تحسینها. صبری القبانی.

الغذاء لا الدواء - الطبعة الحادية العشر -

دار العلم للملايين. بیروت

هاوسه نگی گوردونی

جمال محمد امین

ماموستای فیزیا



زهق و ناشکرای تم گوردونه. تم هاوسه نگیه بۆته
هموینی بمردهوامی جووتلو وه ستای هممو شتیک
لهزیان و گوردون دا، تم هاوسه نگیه همدوو جیهانی
زیندوو وه سازیندوو نه گرتسهوه، باس کردن لئو
هاوسه نگیو ورد کردنهوهی بهتمنها بابستیکي گۆفاری
کۆتایی نای، به لکو چندها پرتووک و چندها
بهرگه پرتووکي گوردی ئوی، هر بۆیه لئو بابهتمدا

تم گوردونی تیایدا نهژین، هر له گوردیلیدیک و
ئوهی پتک هاتوره لئو، همتا مهجریهیک و هممو
نهستیره و هساره کانی، وه هر له خانه یهیک و نهوهی
لهناویدایه تا گوردترین و بهرینترین بونهوهی تم
گوردونه که مرۆفه، نهوانه هممویان لهباریکي
هاوسه نگی و جن گهی زۆر سهرسوپهتیهردان، بهجۆرتک
که یاسا بهندی و ریکسازي و ورد کاری بۆته سیمای

هر به‌کووتی و به‌ناسانیوه باس له‌چمند نمونده‌یه‌کی هوسه‌نگی نه‌که‌ین تنه‌ها له‌جیهانی ماده‌و ووزده‌ا، تشویش بق خۆی ده‌ریایه‌کی پان‌ویژو بی‌سنوورو م‌نه.

ه‌نی هوسه‌نگی له‌و هیزانی کۆنترۆلی جووتی مانگ نه‌کمن به‌دووی زویدا بۆته‌هۆی به‌ردوامی سوپانه‌وی مانگ ه‌دووی زویداو به‌دووی گات.

ه‌ هوسه‌نگی له‌گه‌ردووندا نه‌یه‌ته‌هۆی ناجن‌گیری، بۆ نمونه ه‌ ناسایی بۆ هر ماده‌یه‌ک له‌ویه‌ که‌ گه‌ردیله‌کانی له‌ ماده‌یه‌ جن‌گیرین واته‌ له‌زمترین ناستی ووزده‌ابن، به‌لام کاتن هر گه‌ردیله‌یه‌ ه‌ندیک ووزی پ‌ن‌تدو، له‌وا نه‌لکترۆنه‌کانی ب‌ین تنه‌ها یه‌ک نه‌لکترۆنیش ب‌ین له‌شونی خۆی نام‌ین و نه‌یه‌تی که‌ له‌و گه‌ردیله‌یه‌ له‌بارنکی ناجن‌گیریدایه‌، بۆته‌وی سه‌ده‌که‌ به‌چیتسه‌و باری جن‌گیری خۆی پ‌ن‌ویسته‌ نه‌لکترۆنه‌که‌ ه‌گه‌رتسه‌و شونی خۆی وه‌ له‌و ووزیه‌ی وهرشی گرتسه‌و ه‌تیوی رووناکی (فۆتۆن) به‌داتسه‌و، پ‌ن‌شتر که‌باس له‌ماده‌و نه‌که‌را، به‌جیا باس له‌یاسای پاراستنی ماده‌و یاسای نه‌ستی ووزه‌ نه‌که‌را، به‌لام پاش له‌وه‌ی که‌زانان له‌لبرت نه‌شتاین په‌یوه‌ندی نیتوان ماده‌و ووزی راگه‌یانده‌ له‌میه‌دۆزه‌ به‌یه‌یه‌کی له‌گه‌رتیه‌یدا وه‌ له‌سالی ۱۹۰۵، دیسارده‌ی ه‌یه‌نگی له‌هرگیته‌کی جواتو رووتدا خۆی نووانده‌، په‌یوه‌ندی بۆ ماده‌و ووزش به‌م هاوکیشه‌یه‌ ته‌دو:

ه‌وز = بارستایی ماده‌ (به‌هوستای) \times خیزایی رووناکی (ه‌وج)، وه‌ خیزایی رووناکی نه‌کاته $(\lambda \times 10^8)$ (م‌تر/هرکه) ته‌ به‌یه‌ی هاوکیشه‌یه‌ که‌ له‌واتر ب‌رته‌ک ماده‌و به‌گۆرپی بۆ نه‌یه‌ وه‌ ب‌نچوانه‌که‌شی هر راست نه‌ین وه‌ نه‌ستا له‌و چه‌مه‌که‌ نه‌ستیه‌ نه‌بوته‌ شتیکی سه‌لتراو وه‌ وۆتینی، بۆ نمونه یه‌ک به‌یه‌تۆن (e^+) یه‌ک نه‌گه‌رتی له‌گه‌رتی یه‌ک نه‌لکترۆندا (e^-) وه‌ ه‌نجه‌مدا فۆتۆنیک دروست نه‌ین واته‌ رووناکی په‌یدانه‌ین. وه‌ نه‌ فۆتۆنی په‌یدانه‌ین ووزه‌کی هاوتای بارستایی ه‌دوو (e^+, e^-) نه‌ین، له‌و هاوکیشه‌یه‌ی نه‌شتاین بۆ هاوسه‌نگی بۆن ماده‌و ووزه‌ به‌و به‌نچینه‌یه‌ک بۆ سوود له‌توهرگرتنی به‌یه‌ ناوکی، لیه‌ر له‌و ووزیه‌ به‌کاره‌یترا له‌ه‌دوو پ‌واری نه‌ گه‌یانده‌ن وه‌ک له‌بۆمبای ناوکیدا به‌کاره‌یترا، ه‌دوه‌ها سواری سوود گه‌یانده‌ن وه‌ک به‌کاره‌یتانی بۆ ده‌ست که‌وتنی ه‌زه‌کانی تری ووزه‌، له‌و ووزیه‌ی له‌نه‌جایی گۆرینی تنه‌ها (گرام) له‌کاربه‌یتسه‌و په‌یدانه‌ین وه‌ به‌یه‌ی هاوکیشه‌یه‌کی نه‌شتاین نه‌کاته (1.6×10^{-19}) (جول) که‌ له‌وه‌ش ووزیه‌کی ه‌یه‌کار زۆره‌، ه‌دوه‌ها نه‌شتاین له‌یه‌دۆزه‌که‌یدا وه‌ به‌یه‌ی هاوکیشه‌یه‌کی تر په‌یوه‌ندی نیتوان خیزایی و بارستایی

ده‌رخته‌وه‌ وه‌ک رووکارنکی تری هاوسه‌نگی گه‌ردوونی، به‌یه‌ی له‌و هاوکیشه‌یه‌ بارستایی ته‌نیک زیاده‌ نه‌کات نه‌گه‌رتنه‌ به‌خیزایی به‌کی گه‌ردی نزیکه‌ به‌خیزایی رووناکی ب‌روات، بۆ نمونه نه‌گه‌رتنه‌یک به‌خیزایی $(8 \text{ و } 10)$ ی خیزایی رووناکی ب‌روات واته‌ له‌و ته‌نه‌ به‌خیزایی (2.4×10^8) م‌تر/هرکه ب‌روات له‌وا بارستاییه‌کی زیاده‌ نه‌کات به‌یه‌ی (1.6×10^{-19}) له‌وه‌ی بارستاییه‌کی به‌هوستای، واته‌ نه‌گه‌رتی بارستاییه‌کی به‌هوستای (1 گرام) ب‌ینت به‌و خیزاییه‌ ب‌روات له‌وا بارستاییه‌کی نه‌یه‌ته (1.6×10^{-19}) گرام، وه‌ نه‌گه‌رتی یه‌ک گرامه‌ به‌خیزایی (10^9) ی خیزایی رووناکی ب‌روات له‌وا بارستاییه‌کی نه‌ین به‌ (1.6×10^{-19}) گرام) وه‌ نه‌گه‌رتی به‌خیزایی رووناکی ر‌شت (نه‌میان ستمه‌) له‌وا بارستاییه‌کی نه‌یه‌ته‌ ناگۆتایی!!.

رتسای هاوسه‌نگی: - بابازاین بۆچی ه‌مه‌و بارستاییه‌کان به‌یه‌ک تاوه‌ن نه‌کونه‌ خواروه‌ له‌واری کیش کردنا؟ وه‌ بۆچی ر‌تسه‌وی مووشه‌کینکی تاقیکه‌رتسه‌و پشت نه‌ا به‌ستی به‌بارستاییه‌کی؟ له‌میکانیکی نیوتن دا ه‌تیری کیش کردن وه‌ به‌رگری به‌ردوامی بارنه‌گۆرین (Inertia) راستوانه‌ نه‌گۆرین له‌گه‌رتی بارستایی دا، هر له‌به‌رتسه‌و له‌گه‌رتا ره‌سایه‌کاندا بارستاییه‌که‌ ده‌ناکه‌رتی، وه‌ تاقیکه‌رتسه‌و گانیشت سه‌و ده‌نه‌جیامانه‌یان سه‌لاندوه‌، به‌لام له‌گه‌رتی ته‌وه‌شدا ر‌تسای نه‌شتاین له‌هاوسه‌نگی دا نه‌تی: سستیکی ته‌او‌راو به‌تاودانیه‌کی ر‌ته‌ هاوتایه‌ له‌گه‌رتی بووارنکی کیش کردنی ر‌ته‌ دا، وه‌ نه‌شتاین وا نه‌یین که‌ه‌تیری ته‌یه‌یت که‌پشت به‌ستی به‌بارستایی، ه‌دوه‌ک له‌و ه‌تیری که‌ له‌نه‌جایی سوپانه‌وی ته‌نیکه‌وه‌ به‌دووی خالیک دا که‌ به‌ (چه‌قه‌ ه‌تیری ده‌رکه‌ر) نه‌ناسی.

نه‌ستا نه‌گه‌رتی دا نه‌یین که‌ دوو چاوه‌رتی به‌کینکیان له‌واری کیش کردنی زویدا ب‌ین وه‌ له‌واریان له‌ناو مووشکین دا ب‌ین که‌به‌تاودانیه‌کی ر‌ته‌ به‌ره‌و ف‌زا ب‌روات، نه‌نجا ه‌هره‌که‌ له‌و چاوه‌رتانه‌ بارستاییه‌کیان به‌ردایه‌وه‌، له‌واته‌ ه‌هره‌که‌ له‌و چاوه‌رتانه‌ ته‌یه‌ینی که‌وتنه‌خواروه‌ی بارستاییه‌که‌ ته‌کات به‌گۆریری زه‌مینه‌کی خۆی، وه‌ که‌وتنه‌ خواروه‌کی به‌تاودانیه‌یک نه‌یه‌تی، به‌که‌میان له‌و که‌وتنه‌ خواروه‌یه‌ نه‌گه‌رتیه‌وه‌ بۆ ه‌تیری کیش کردنی زوی، وه‌ دوو ه‌میشیان له‌و که‌وتنه‌خواروه‌یه‌ نه‌گه‌رتیه‌وه‌ بۆ زه‌مینه‌ی مووشه‌که‌که‌، نه‌شتاین وا نه‌یین که‌ ه‌دوو دیاره‌که‌ هاوتای به‌کترین، وه‌یه‌کی له‌و هاوتایی و هاوسه‌نگیه‌ به‌و که‌ نه‌شتاینی به‌رد به‌ره‌و به‌یه‌دۆزه‌ گشتی به‌کی له‌ گه‌رتیه‌یدا که‌ نه‌تی: (کاربه‌رتیه‌ ف‌زیاویه‌کان له‌بووارنکی کیش کردندا ه‌یه‌ جیاوازی نه‌یه‌ له‌گه‌رتی کاربه‌رتیه‌ ف‌زیاویه‌کانی

– ئعدونیای گوردیلو پتنگەرە ئەبیراوەکانی بچین بۆ دونیای مەدە خۆی، تا ئورنەبەکی کەمیش لەوە پاس بکەین، ئەگەر قەینێک ناو لەشوتتێک دانرا ئە سەر رووی زووی ئەوا گوردیلە حەوتە رۆژە بەرزەکانی ئاوەکە خۆیان ئەگەینەنە رووی سەرەووی ئەوەکە تا لەوێوە بەشتیوی هەلەم دەوێچە دەرووی شەلەکە، بەم ئەرەش ئەووتری (بۆن بەهەلەم)، خۆ ئەگەر ئەو کردارە سەرەوای بوو ئەوا پاش ماوەیک شەلەکە هیچی نامێنێ و هەمووی ئەیتتە هەلەم. بەلام ئەگەر رووی شەلەکە گەیا حەوتایەکی داخراو ئەوا بەشتیک لەو گوردیلە هەلیانە – گەرتەرە بۆ ناو شەلەکە ئەنەفامی بەرگوتنیان بۆ سنوورە – خوارە، بۆ کردارەش دەوتری خەست بوونەو، ئەم ئورنە جەوگە ئورنە گۆی زوویە، بەلام بۆ گۆی زووی هەردوو ئەرە زی بۆن بەهەلەم و خەست بوونەو لەبارەکی هاوسنگی زۆر ئەزان، خۆ ئەگەر وانەبۆیە ئەوا کارەسات رووی ئەدا، چونکە حەوتەکی دیاری کردا هەموو ئاوەکانی سەر زووی ئەبۆنە هەتەو ئاوە ئەنەما، چونکە بەپێی ئامارەکانی کەشنامە جەینەکان سالانە (۹۵) هەزار میل سەنجا ئەتە ئەیتتە هەتە. ئەمە بەکی رووی خۆ کە ئەلایەن زوویە ئەمە ئۆر ئەیتتە هەتە بۆن بەهەلەم ئاوی سەر رووی زووی، ئەو هەتە لەهەوای هەموو شووتتێکی ئەم سەر زوویە هەتە لەووشک ترین یە. ئەیتتە هەتە، بەلام بۆ کە لەشوتتێکەو بۆ شووتتێکی تر ئەگۆزێ، بەلام سالانەو لەسەر هەموو گۆی زووی بۆ کەکانی سەنجا بەهەلەم و خەست بوونەو بەچین گێری و هاوسنگی ئەیتتەو.

هەر ئعدونیای مادەو ئەنەما ئورنەبەکی تر وەرە گرین چونکە ئەیتتەکان زۆر زۆر، گازی دووم ئۆکسیدی کاربۆن وەرە گرین و – سەنجا چ هاوسنگیەیک هەیه لەبیری ئەو گازدا، سەرۆ و – مەوان ئەکاتی هەناسەدانەو یان گازی CO_2 ئەدەوێ و ئەز ئۆکسجین O_2 وەرە گرین لەهەناسەوەر گرتن دا، رووک هەستەن بەبەکارهێنانی ئەو گازی (CO_2) وە بیاڕمەتی تێکی خۆو مادە کۆرۆفیل کرداری تیشکەینێک هاتنی خۆ پێ ئەنجام ئەداو ئەنەفامدا گازی O_2 ئەداتەرە بەسەرۆ و رەسەوان، ئەو جۆرە میکانیزمە بەردەوام ئەبێ ئەیتتەو ئەو جۆرە گرنگەدا تا هاوسنگی نێوانیان بەپارێزرای ئەیتتەو، ئەگەر دەستی سەرۆ تێکی ئەدا.

ئورنەبەکی تر وەرە گرین لەدەرووی زووی، زاناگان بەردەوام حەو زوویەو چاوەدیری مانگ ئەکەن، وە لەمیانەو ئەو جەدیری کردەدا دەرگوتەرە کەمانگ پەڕەندەکی زۆری هەیه جەردەوام بوونی ژبان لەسەر زووی وە حالتی هاوسنگی سەنجا، بەپێی توێژنەرە تازەکان کە لەئەمەریکا و فەرەنسا

کران، دەرگوتەرە کەمانگ کاربەری زۆری هەیه لەسەر راگرتن و هاوسنگ کردنی زووی، مانگ زووی کێش ئەکات وە دوو دیارەو هەلکشان و داکشانی ئاوەکانی سەر رووی زووی ئەنەفامی ئەو هێزی کێش کردەرە ئەبێ، بۆ گومان زووی مانگ کێش ئەکات بەپێی پاسای کێش کردنی گشتی نێوتن، لەهەمان کاتدا خۆریش زووی کێش ئەکات، ئێرە لێرەو زووی ئەگەری لەرەنەرەو ناچن گێری رووی تێ ئەکات، بەلام مانگ هەلەستەن بەچین گێردەرەو زووی و رێ گری ئەکات لەو لەرەنەرەو ناهاوسنگیە. ئەمە لەلایەک، وە لەلایەکی ترەو زووی لەخۆلەرەو کەیدا بەدەوری خۆیدا لەسەر تەرەو بەک ئەخۆلەرەو کە ئاواستەکی بەرەو ئەستێرە جەمسەری باکوورە، وە هەموو (۲۵ تا ۳۰) هەزار سال، جارێک بەدەوری ئەو ئەستێرەیدا سەرۆک ئەوا ئەکات، ئەگەر مانگ ئەبۆیە ئەوا لەلایە کەو لەرەنەرەو زووی دروست ئەبۆ وە لەلایەکی ترەو ئەو بازەنەو کە دروست ئەبێ بەدەوری ئەستێرە باکووردا گۆرە ئەبۆ وە لاری تەرەو خۆلەرەو زووی لەسەر خۆلەکی بەدەوری خۆرەو زیادێ ئەکەر، بەهەش جیاوازیەکی زۆر دروست ئەبۆ لەکەش و ئاوەوای زویدا، ماوەیک زۆر سەر زووی ئەبۆرە بەستە ئەک و شەختەیران، وە ماوەیک زۆریش زووی ئەبۆرە ناگرباران و ئاوی تیانە ئەماو هەمووی ئەبۆرە هەلەم! ئورنەکان زۆر زۆر بۆ دەرخستنی هاوسنگی گوردوونی، ئەمە پاس کرا ئەنەما مستیکی زۆر بچووک بوو لەخوارواریکی زۆر گۆرە، تێکی ناو بۆو لەدەریایەکی بۆ سنوورەو بۆ، ئەگەیا هاوسنگی گوردوونی بەچەندەها بەرگە پەرۆک ئەوانابێ، وە هەریکە لەجیهانی زیندەوار و رووک و جیهانی سەرۆ، هەریکە لەوانە جیهانی سەرەخۆ ئەوان و پتووستیان بەچەندە بەرگ پەرۆک ئەبێ تاپاس پکری ئەهاوسنگی خۆیان و ئەو هاوسنگی کە ئەیان بەستتەرە بەجیهانەکانی ترەو تا بەهەموویان یەکەیکەکی گوردوونی تێر ئەوا و هاوسنگ پێک ئەیتن.

سەرچامەکان:

- ۱/ گۆفاری العلوم / ۳۵.
- ۲/ کەنالی فەزایی (الشارق)
- ۳/ کتیبی (من أسرار الأرض)
- ۴/ کەنالی فەزایی قەتەر.

چاندى و بهرهم هيتانى برنج

به شيوه يه كى زانستى

نوسينى: على نه حمده نه جيب

پسپورى كشتوكال

گرنگى نابورى برنج دانه نریت به خواردينكى سهره كى نيوه دانيشتوانى گزي زوى. وه لمرؤه لاتی كيشوهرى ناسيا وهك هينه - چين - پاكستان - تايلان - فليپين - بهرهمى دوهم دانه نریت لمدواي گهم. وه ۶۰٪ بهرهمى برنج لمرؤه كى كمت زوى بهموى ناوانه وه بهرهم ديت بيجكه لمرؤه يه كى كمت كپشت به تارى باران دهستيت لمرؤه كاني هيتى نيتونى (خگ الاستوا).

رنج بيجكه له خواردين به كارته هيتنریت بؤرووستكردنى (مشروبى كمولى) وه تارده كمشى به كارته هيتنریت بؤناليقى تاره ل و تريكله كه شى به كارته هيتنریت بؤ دروست كردنى كاغزى مو قباو لاسكه كى سبتمى لى دروست نه كرت. ۵۰٪ نابورى ولاته كاني (قيتنام - فليپين - تايلان) له سهر لمرؤشتى برنجه به پلى يه كهم و به روپوومه كاني ترو پيشسازى به پلى دوهم ديت بؤيه سهر ترين پهمانگاي زانستى برنج له فليپينه كه سالانه ژماره يه كى زؤد له كارمندانى كشتوكال زانبارى لى وهره گرن.

هروه ها برنج له كوردهستانا به خواركى سهره كى دانه نریت. وپيش بريارى ۹۸۶ى نيتودولتى بهشى يهك كس ۱۵-۲۰ كيلو برنج بوو له يهك سالدا به لام دواي جن به جن كردنى پرياره كه بهشى يهك كس دانرا له ۳۰ كسم لمرؤه كاني كميونسته لمرؤه يه له ۴۰ كيلو كمت نه بيت بؤ يهك كس لمرؤه كاني.

بهموى كسى بهرهمى برنج له كوردهستانا بازارگانه كان زياتر له ۳ مليون دؤلار خسرچ ده كمن بؤ كرينى برنج لمرؤه كياو نيران بؤيه پتوسته هولى زياد كردنى چاندى برنج بهدين له كوردهستانا له گمل پهموى كردنى رنگاي زانستى بؤ زياد كردنى بهرهم.

پيشه كى

وهكو سهرهم دانه لمدواي راپرينهوه تا نيتا هيج باسيتكى زانستيه دهرى روى روه كه كشتوكال يه كان بهتاييتى روه كى برنج بهزمانى كوردى نهوسراوه كپاش نم هممو نهامه تيانمى بهسره كه له كماندا هات بهموى چندها نابلقى نابورى كه له سهرمان همموه هيه، سمل كمتنها رنگايهك بؤ پاراستنى ژمانى هاوولا تيان و بوژانده سويان كشتوكاله به گشتى و برنج بهتاييتى كه خواردين سهره كى همموه گه لاني جيهانه، بؤيه بهيتوستم زانى همديك زانبارى لهم گؤفاره دا دهرى روى چو نيتى چاندى و بهرهم هيتانى برنج بنووسم له جيهان و كوردهستان دا بؤموى سهر كشتوكال يه كان بهتاييتى جوتياران بتوانن كه لكى ليتوهرى گرن و بهرهمى پترياد بكمن نهوش به زياد كردنى بهرهمى دؤم لمرؤى پهموى كردنى رنگا زانستيه كان لههمموه كاروبارىكى كشتوكال يدا، كه نهوش نهيتت هوى كم كوردهوى بؤدهرامتى جوتياران بهسوديش نهيتت بؤ ناودان كوردهوى گونده كانمان. هيوادرم بههمموه كشتوكال يه كان بتوانن نريك ببنوه لمدوين كردنى خورى لههمموه بهرهمه كشتوكال يه كانماندا بهتاييتى برنج كه پهموى هيه بهناسايشى خواردين كوردهستان وه نم باسوى مينش بهشيك ييت لمرؤه كانيه كه له ۸ خالدا كؤبوتوه.

چه لمرؤه (برنج) Rice Paddy ' Oryza sativa

105

کپلمی گرما تیایدا برزہ دیت تاو لئاو گۆله کاند
به قولای ۷-۹سم بیت وه نو جزوه برنجه پنی ثورت Law
land Rice وه نو برنجه پشت بهاران تعبستیت پنی
دورت Up land Rice لیرده درده گویت که نو
برخانسی لئاوچه شاخویه کاند دهچیریت ناتوانرت
لداشته کاند بهرهم بهترت.

له نځایي توژندوي برنج و جوړه کانی له بهر ګره جز و درکو توره
که برنجی عنبرو (L.R.8) له ګول (پارټ) له کورستاندا
ګول ناکمن چونکه پنیوستان به ۷ مانګ هدیہ بۍ پتګیشتر
له ګول ټینګړای ۱۰ کات ژمیر هتاو رږانه به لام بره هیمان
له دوانسو بسره ده گاته ۲۲۵۰ کغم له بهک ده خدا.

ده تواتن برنج له كوردستان به گشتي و لسلیماني به تاييستی
 بهرم بهين لمو شوتناني كه او - شق - گوما لمباره بڼي
 و پلي گومي ده گاته ۱۸ - ۳۵ پلي سدي. وه لمو ناوچاني
 پاريزگاري سليعاني كه برغيان تيا نه چيترت بريته له
 (شارفوزر، دوروييري چمي سيدان، خورمال، وشتي
 بيتوتن، ناوچي دوكان و دوروييري چمي تايي لمسورداش
 همروها لمو زمياني به تاوي سچوان ناودمونهوه تا ده گاته
 جدمولا كسمر لمبارتزي گاي كركو كه.

نه گهر لیسو رنمایي توژینو هکاني برنج لمبه کړه جوړ بړیږنو
هوشیار گردنوي جوتیاره کان دهوانین برهه می برنج زیاد
بکړین کښتیا برهه می ا د ژم ۳۵۰ - ۴۵۰ - گم
بیگینه ۱۲۰۰ - ۱۵۰۰ گم له ا د غدا و به زیاد کړدی
روپړی زوی بز چاندنی چهلوک له گل به کارهتانی پهنی
کیمیاوی قر کمری کړوگیاو داروغبان و ورگرتی توی
باروپیکراو لمبه لېسندی توژینو هک کشت وکال لمبه کړه جوړ
نموانین برهه می به جوړک زیاد بکرت کیمینه رادی دابین
کړدی نوی (الاکتفا الزاتی) لم برهه می ا که نوی
له خړدا به شیکه له ناسایشی خوارن (الامن الغزاتی)
له کورستاندا.

بیویستہ زانستی یہ گان بویہ رھدم ہینانی برنج:

یہ کہیں:

ناماده کردنی زهوی: دهیت زهوی ده که لسمانگی نیسان دا
دوچار بکیتلریت جاری ده کهم به قولایی ۲۵سم، وه جاری دروهم
به قولایی ۱۵سم، بهینچومانای جاری ده کهمسهوه. دای شهوه
کهوسه که کان ورود ده کرت به نامیزی (دهسک) ینجا زهوی ده که
تخت ده کرت و جزگی سوه کی (نارکتش)ی پیا رانه کیشرت
لوتشهوه چمفد جو که لهیه کی تری لسی جیانه کهینوه کهپی
شورتریت (سوره جز) دای شهوه دست ده که بن بدوروست

کردنی گزله‌کان، لمبەینی سوورە جوکمان دا وەپانتایی
گزله‌کانیش بە گۆرتی بمرۆ نزمی زەوی بەکە دەگۆرت
و بەگشتی رووبەری گزله‌کان ۱۵×۱۰ م یا ۱۰×۱۰ م نەیت،
و ئەگەر لەشۆنی لیژدا بو نەیت رووبەراکی کەمتر بەکەنێوه.
و بۆ ئاودانی مەرزە کە پێتووستە لەجوگی سەرەکی یەو ئاوە کە
بکێشێ ئاو کێشە کانێوه لەوانیش دا بەش بکێشێ سوورە
جوکاندا وە لەسوورە جوکانیشێوه ئاو تەدریج بە گزله‌کان و
لەنیوان هەر گۆتێک و گزله‌کی تردا کە لەبەرێک (ئاو پێرێک)
ئەتێنێوه بۆ ئێوی ئاوە کە لەم گۆلێوه بچێت بۆ گزله‌کی تردا
هەمیشە لەجولان دا ییت وە نەیت بەستی بەینی گزله‌کان
بەرزەکی بەشیوێهێک ییت کەبە قولایی ۷-۹ م ئاو
بەشیوێهێکی هەمەشەیی لە گزله‌کان دا ئەتێنێوه.

وهوای پاراو کردنی گۆله‌کان ده‌ست نه‌کەین به‌چاندنی
 په‌لتووکه‌که وه‌پیش چاندنی به (۲) وۆژ چه‌لتووکه‌که ته‌ر
 نه‌کریت به‌لام نه‌گهر وێستان به‌شێوه‌ی شەتڵ بێرونیی نه‌یت
 پیش نامه‌ده‌کردنی زه‌وی هه‌میشه‌یی به ۳۵ وۆژ ته‌وه‌که
 له‌کینگه‌یه‌کی به‌جووگرتا به‌چینیت و گه‌رواو هه‌ندێک به‌رزبووه
 به‌خیلی راست لێناو گۆله‌کان دا ده‌ینیژێن که‌ماوه له‌به‌ینی هه‌ر
 هێتیک و هێته‌کانی تر دا ۲۵سم، وه‌له‌به‌یتی شه‌ته‌کان دا ۷-۹
 سم بیت. که‌بهم شێوه‌یه‌ پێروستان به ۳کغم چه‌لتوک هه‌یه بۆ
 نامه‌ده‌کردنی شه‌تلی دۆغێک به‌لام به‌تۆزکردنی یه‌که‌سری
 پێروستان به ۲۰-۲۲کغم چه‌لتوک هه‌یه بۆ دۆغێک.

وہ لکھ بجائی توڑیں وہ ۵۰ کھوتو وہ چاندنی برنج ہشتل
برہمی دہ گاتہ ۱۲۰۰ - ۱۵۰۰ گم لہیکہ دوتندا وہ کہہ
توئی نہ خزشیہ گانی شمارا زینی قہد دہ بیت.
دوہم:

په‌ینی کیمیای: بۆ به‌کاره‌ینانی په‌ینی کیمیای به‌شویه‌کی زانستی نه‌ییّت ۲۲گرم سۆپرفوسفاتی پلاپی له‌گه‌ل ۴۱گرم یۆزرا یان ۱۰۰گرم سلفاتی نه‌مۆنۆم بۆ یه‌ک دۆزم به‌کاره‌ینرت به‌شویه‌ک که‌مه‌موو سۆپرفوسفاته‌که له‌گه‌ل نیوی په‌ینی نایتروجینی یان ۱/۳ی په‌ینی نایتروجینه‌که به‌کارنه‌هینن له‌گه‌ل تاماده‌کردنی زه‌وی به‌که‌مه‌دا وه‌دای سه‌وزبوون به‌ ۴۵ رۆژ نیوه‌که‌یتر له‌کودی نایتروجینه‌کی پشو نه‌که‌ین. به‌لام نه‌گه‌ر نایتروجینه‌که به (۳)جار به‌کاره‌ینرا به‌شی سته‌م له‌دای ۲۵ رۆژ له‌جاری دووه‌م به‌کارنه‌هینن واتا له ۷۰ رۆژ دای جان‌دنی.

لهندهجامی توژیتنوه دهوگوتوره گپهینی نایتوژینی نهگهر به ۳چار بهکاریهتیرت شوا بهرهمهکی بهیژی ۱۰٪ زیاد نهکات. وه لهکاتی پدین کردنی معمره که تار لیسر گۆلهکان شیری تو یاش ۱۲کاتر معمر ناوهکی نهکرتنوه سهر.

سرهم:

سليماني تاقی کراواتوره لسم ۳۰ دؤم مهرهزی جوتیاره کان و کاریگری باشی هه بووه.

ب - پاککره نهوی ناو مهرهزه وهژار کردنی دهستی که نه بیت هه موو گزوگیاو داپوخیانیک لئاو گزولو سهریستی مهرهزه که هه لکفین و نرئی بدهین.

ج - پهریوی کردنی سوپی چاندن (الدوره الزواهیة): چاندنی برنج لئاوای بهرهمهتانی رووه که (بقولی به کان) وه لک پاقلو لؤییاو فاسولیاو نیسک و نلک و ماش و ونجهو سهری بهر نه بیت هوی کم کردنهوی گزوگیاو زیادهوونی رنژی نایهتوچین لئاوی به کداو کم بوونهوی نهخوشی به ترسانا که کانی برنج وه کو شراو رزینی قلد. بویه پهریسته جینگای چاندنی برنج سالانه بگوریت.

پنجهم:

پینگه یشت و دروئمی چهلک: دواي نهوی گوله چهلک که کان زهره نین ناوی لئ نهی بزی ماوی ۱۰ رژی یان که متر بهر جیک زهوی به که ووشک بیتوه. دهست نه کهین به دروئمی به دهست و نه که به کهمپاین دروئمی نه بیت پینش ۱۰-۱۵ رژی ناوی لئ بهیتر وه هه موو جو که سهرکی و لئاو کانی بهیاشی پهریترتوه تهخت بکرت بزی تاسانی هاتوچوی کهمپاینه که چونکه بهرزی و نرمی کینگه که نه بیت هوی رژاندنی چهلک که کو بهر پژی ۲٪ تا ۳٪ زسانی لئ نه دات. وه نهو مهرهزی به دهست نه دروئمی نه گزوتتوه به خهرمان بهر هه بلاغ یان تراکتور گیره نه کرت لئاوایی دا به جوانی پاک نه کرتتوه ووشک نه کرتتوه تا نهو کاتمی رژی شیه کهی نه گاته ۱۲٪ تا ۱۳٪ نینجا عمار نه کرت.

شهم

پاراستنی برنج لئاو نهخوشی به کان: برنج تووشی چهنده ها نهخوشی نه بیت وه کو نهخوشی شرا Blast یان نهخوشی به لئاو بوونی گهلا بهر هنگی قاوهی (تبقع الاوراق البنی) (Brown Left spot) وه به پاراستنی برنج لئاو نهخوشی یانه لئاو رنگیانهی خواروه پهری به نه کهین بزی بهر نهخوشی به کان:

ا - نهخوشی شرا Blast: تووش بوونی برنج بهم نهخوشی به بههوی که بهر کهر کهو به (فگر) که پهری لسمترین (Piricularia Oryzae) وه لئاو نهخوشی به سالانه زیانیک یه که جاز زو نه دات لسمهرهزی جوتیاره کان که نه گاته رژی ۵۰٪ و زیاتر لسمهرهم. لئاو تووش بوونی مهرهزه که بهم نهخوشی به رنگی گهلا تووشی به کان (قاوهی به کی کال) نه بیت تا ورده ورده لئاو نهخوشی به سهرکورت بزی گوله کان که نه بیت هوی تووش بوونی (نهزکی) ده که کان و پوچ بوونی

سجته کانی توی باور پینکراو: پهریسته توی لسمهرهزه کی سهریترکرای زانستی بهو وهریگریته وه که مه لسمهندی نهی بهر کان به پهری لئاو مهرهزه کی خواروه:

- رژی سهریبون ۹۵٪ بیت.

- رژی پاکی لسمهرهزه زیان به خسه کان و نهخوشی ۹۹٪ بیت.

- رژی پاکی لئاو گزوگیاو داپوخیان ۹۹٪ بیت.

- رژی ش لئاو توره ۱۱٪ تا ۱۲٪ بیت.

- تمقیم کرایت بهمادی قهرکی دایاسین ۶۰، زینب که بزی بهر یه کیلوگرام چهلک دوو گرام قهرکی به کار دیت.

- بیت توره که که تووشی مهرهزه زیان به خسه کانی به خزه ن سهرت وه سوسو برنج یان مهرهزه کوئکه کانی برنج.

جریه:

سهری نهی گزوگیاو داپوخیان لئاو مهرهزه دا: رنگه زوره بهو سهری نهی گزوگیاو زهره منده کانی برنج بهتایهستی داپوخیان. نه بیت لئاوای ۴۵ رژی لئاو چاندنی برنج دهست بکرت چ کهر نهوی کینگه که لئاو گزوگیاو داپوخیان چونکه بهر نهی نه بیت هوی کم کردنهوی بهرهم بهر پژی ۲۰٪ تا ۳۰٪ نه گمل سوک بوونی کیشی چهلک که کو دابزینی نرخی سهری به نهی بهر نهوی جوتیاره کان هوشیار نه که پنهو کهوا بهم بهر نهی نه توانین بهژاری مهرهزه که به کهین:

- به کارهتانی قهرکی به کان: دووچو قهرکی تاییست سهری نهی داپوخیان و گزوگیا (وه کو پونگو زهر کاروش و سهری بهیه که لئاو دهستان دا به کارهاتوره کاریگریان هه موو).

- قهرکی نهو درام ۲۲م: لئاو قهرکی بهرادی ۱۰۵ لیتر نهو ۴۰ لیتر ناو نه گرینهو بزی به لئاو دؤم. نینجا ناو گزولو سهری مهرهزه کی پهریترت پینش چاندنی توی. وه لئاو نهو کاریگری لسمهرهزی داپوخیان و گزوگیا کان نهویه نهیش سهریبون توره که لئاو نه بات وه نهو توی نه شیتتوه نهی نهی نهی نه بیت و نهو رو توره ناکات.

- قهرکی سنام نیف ۳۴ - ۳۵: لئاو قهرکی بهرادی ۲۰۵ جی نه گمل ۱۰۰ لیتر ناو تیکل نه کرت بزی به لئاو دؤم لئاوای چاندنی چهلک که به ۴۵ رژی مهرهزه کی بهر نهی نهی. وه نه بیت ناو لسمهرهزه که بهر پیت پینش نهی نهی لئاو ۴۸ کاتریمتر. وه لئاو کاتدا بهرزی داپوخیان لسمهینی ۵-۵ سم دایه وه ژماری گهلا کانی ۲-۴ گهلا به. وه بهر نهی نهی نهی نهی نهی ۱۹۹۸ لئاوی که نه ده کی سهر بهر پاریزگی

ج - نهخوشي رزینی قندی روده کی برنج (تخیس الساق): نم نهخوشي به توشي قندی روده کی برنج نمیت به سمر ناستی نارو که و برنگی سبی نمیت و ده لدوایی دا بهرو قاوهی کالی نهوات و بلا نهیت به سمر قندو که لا کانی دا و نهیت به هزی زده بونی که لا کانی پیش نهوی گول بکاو روده که که روشک نمیت.

د - میوه زیانبه خشه کانی مفرزه (الحشرات الجاره للرز) که میوه میوه میوه (الکارب) Mdecrikets که میوه نمیت (Gryllotapa) و نه سمر میوه نه نمیت به برتاندنی روده کی برنج که لسم ره که که میوه که نمیت به هزی لغا بونی نهو روده کانی که نه برتانی و نه نمیش چار سمر نه کرت به به کارهینانی خواردنی (گهم) ی ژه هراوی که سمر شیهی لای خواروه درست نه کرت:

تیکل کردنی ۳-۴ کغم له قمری سقن ۱۰٪ تیز (مسوق) له گله ۹۶ کغم نارده برنج به شیهی که باش نینجا به ۵-۱۰ لیتر ناو تیز نه کرت و ده بق ماوی ۶-۸ کاتر میوه نه میوه تیزو دانه میوه تیزو بنایونیک تانه تیزو نینجا لدوای ناو بونی ریز نه کرت به گولی مفرزه که به شیهی که تیزو خواردنی نم تیکه که به ده که لغا نهیت.

ه - میوه کانی مفرزه (الحشرات المخزنیه): نم میوه نه له کانی نه کرتی چه تیکه یا برنج له مفرزه تیزی به برهمه که دیت و لسم میوه نه (سوم الرز) Rice Weevil که میوه نمیت (orgzae) Sitophilus و نه نمیش چار سمر نه کرت به (سیاندنی کالیسیومی جیبی خام) یان (اقرص فستوکن).

حوت: پاکر دسمو که کردنی چه تیکه: له کزندا پاکر دسمو که کردنی چه تیکه به نامیری ناو چدی بسوه و ده دیب که و ده سک و دژ که نه تانیتا له کوردستانی خوماندا ماوه. و نه له مندنی ولاتی تر و ده هندستان، پاکستان چه تیکه که کولتیراوه تا پلی ۶۰ - ۸۰ سدی کبم کرداره نمیت Parapoling و ده ی ماوی دو ریز له نارو که ماوه تیزو نینجا به دست هلیان پروانده تا سبی بسوه. به لام نیتا به نمیش جوره نامیری تازه پاک نه کمن و سبی نه کمن. و نه نمیش نو جوره نامیرانه به که نیتا له کوردستان و جیهان دا به کاردی.

۱- نامیری بیژانوهی چه تیکه لهشتی نامق که میوه نمیت charter feckag tester.

۲- نامیری جیا کردنهوی په لکی چه تیکه له برنج که میوه نمیت Megill Sheller.

که میوه نمیت (قانه) و ده که نه خشه کان زوتر زود نمین له روده که ساغه کان. و ده هو کارانی که نه به هزی زیاد بونی نه خشی به که و ستانی هوا و بخه کردنی هواوی گولکان و برز بونی پلی گم.

و ده کارهینانی قمری میتالا کلیل به رادی ۵۰۰ گم بق ۵۰ لیتر ناو بق یک دژم لدوای ریش کردنی به ۱۰ F به ریز برگر میوه و لغا لهشتی روده کی برنج دا پهیدانه کات بهرامی به نه خشی شرا. و ده نه غامی ریش کردنی ۳۰ دژم له چه تیکه لدوای که نه که به قمری دمر کت که نه غامی باشی هم به که برآورده کرا بهو روده غامی برنج که نه شیهی و نه خشی شرایان تیزا دمر کت به ریزی ۱۰٪ - ۱۵٪.

چار سه ز کردنی نه نه خشی به:

ا - چاندنی تیزی پاک له نه خشی و میوه زیانبه خشه کان که میوه که به ریزی ۹۹٪ بیت له گله تیکل تیکل کردنی تیز که به قمری دابین ۶۰ یان زینب به به کارهینانی ۲ غم بق ۱ کغم چه تیکه.

ب - نه چاندنی زوی تیزی به ده که به مفرزه بق ماوی ۲ سال نمیش به به کارهینانی (سوی کشتو کالی) (الدوره الزراعیه) نمیت.

ج - رشانندی نهو کینگانی که تیزی نم نه خشی به نمین به دابین ۶۰ یان هینوسان که تیزی ۵۰۰ غم بق ۱ دژم که نمیت له گله نارو تیکل پکرت به ریزی ۸-۱۰ غم له هینوسان بق ۱ گالون و ده ۱۲ تا ۱۵ غم لدابین بق ۱ گالون ناو.

د - به کارهینانی قمری میتالا کلیل لدوای ستام F به ۱۰ ریز برگر میوه و پهیدانه کات دژی نه خشی شرا.

ت - (نه خشی به لک بونی که لا به قاوهی (تقیع الاوراق البنی) (Brown left spot): نم نه خشی به تیزی مفرزه نمیت به هزی که میوه که (فگر) که میوه نمیت (Helmintho sporium orgzae) که له بهر که میوه تیزی نمیت هتا که لا و گولکان و تیز که میوه نه کرت به و ده رنگی گولی چه تیکه که سبی نمیت و ورده ورده قاوهی نمیت و نمیت به هزی مردنی روده که توش بهو کان و نه نمیش چار سمر نم نه خشی به تیز به که میوه که تیزی به چه تیکه که به نینج که به ریزی به ده له نه خشی به. و ده له تیز بهو که کشتو کالی به که به دمر کت به که به ریزی باز سانی چاکراو له به تیز به ناو برآورده که میوه که به ریزی به ریزی نم نه خشی به له جوره کانی تر زوتره.

چاگردنی جوړی بازبان برتګی هلبژاردن و ګیرانونی بز سر بناغی برغی بازبان ونهم جزوه هممو سیفاتیکی باشی تیابه وک سیفاتی کیلګی و ګیمایوی و بهرمی نهم برغه لیدک دوقدا نه گاته ۱۲۰۰ - ۱۵۰۰ کغم به پیدوکردنی شو رتګا زانستی یانې ګیمایان کردوه. رنګی نهم چه توروکه سووره و باوړی پتګراوه له لایمن وزارتی کشتوکالی عیراتی یوه دوی لیکولینوی له لایمن زانګوی بهره. وه نهم برغه له کومه لای جاپونیکه Japonika.

۲- برغی سلاله ۵۶ ی بازبان: نهم جوړیش له کومه لای جاپونیکه Japonika لوه له لایمنی توژینوی بهر جوړ لهنه غامی هلبژاردنی توژی برغی بازبان هاتوته کایمو رنګی سپریه ونیستا داننری بیه کن لههره جزوه باشه کانی برنج له پارتزګای سلیمانی ونیستا له ژر نای سلاله ۳ ی بازبان باوړی پتګراوه له لایمن وزارتی کشتوکالی عیراتی یوه. ۳- برغی بهرمی: ګیمایوی بوندار نارنګی دهر کردوه له کومه لای برغی هیندی (India Rice) وه له نیرانونه هاتوه بز کوروستانی نیتو لخواچه کانی خانقین و کهلاز نه چترن و هیچ توژینوی بهر لیسر نه کراوه.

۴- برغی چوتان: له کومه لای جاپونیکه Japonika لخواچه پتچون نهم چترن و تانیستا هیچ توژینوی بهر لیسر نه کراوه بهرمی ۲۵۰ - ۳۵۰ کغم له دوقدکا.

۵- برغی بان خیلان: له کومه لای جاپونیکه Japonika له برغه باشه کانی ناوچه کیمو بهر لای دوه هم دئ و لیدوی برغی بازبان، تا نیستا هیچ توژینوی بهر لیسر نه کراوه بهرمی له دوقدکا ۳۰۰ - ۴۰۰ کغم.

۶- برغی تحالف: نهم جوړه لسانی ۱۹۹۴ له لایمن رتګراوه خیرخواه کانسوه هاتوته کوروستانوه. وسمر چاره کوی بهر لای بهرمی ۴۰۰ - ۵۰۰ کغم له دوقدکا لای جوتیار و بهر ګری نه خوشی شمراي هیده به لای تانیستا هیچ جوړه توژینوی بهر لیسر نه کراوه.

سره چاوهکان:

- ۱- Field group Production Page 552.
- ۲- مجله العلوم الزراعيه - العدد ۲-۱۹۹۸، جامعه البصره.
- ۳- مکانحه الادغال بالمییدات / سنه ۱۹۷۶ (کامل مصکفی القیس).

۴- نهم تیبینی و تاقی کردنوی کنوسر له ماوی ۲۳ سال توژینوی لیسر برنج له لایمنی توژینوی بهر جوړ کوی کردوتوه.

- ۱- نهمی سپی کردنی برنج دوی جیابونوی له کیمه کدی نهمی توژینوی Rice Huller - or - pise Huller
- ۲- نهمی پاک کردنوی برغه که لیسر ګی برغه که لیسر ګی نهمی توژینوی بز رنګی سپی له ګل برقه دار کردنی کیمی توژینوی McGill Miller - or - Rice Miller.
- ۳- نهمی جیابونوی برنج که له لیسر کیمی توژینوی Size douler - Charter dise space.

هسته:

سیفته کیلګی و ګیمایوی بهر کانی برنج:

- سیفته کیلګی بهر کانی:

- بهرمی زور له دوقدکا بهر زورونی ژماره چل و تروکن و دنگی گوله کان.

- نهمی توژینوی قده کوی بونوی توانای هلیکرتنی گوله کانی همی نهمی توژینوی.

- نهمی توژینوی برنج له کاتی پتګیشتی دا (عدم التفراک حیر).

- قبری دنگی برغه کان مام ناوړی بون و رنګی سروشی ریت.

- له کاتی لیتانی برغه که دنگه کانی بهر لای داننوسن و خسانی نیک جیابیتوه.

- کیشی هیکتولتری ۵۵ - ۶۰ بیت Kg/Hecktoliter.

- کیشی ۱۰۰۰ دنگ چه تولا ۳۷ - ۴۰ غم بیت.

- کیشی ۱۰۰۰ دنگ برنج ۲۵ - ۳۵ غم بیت.

- سیفته ګیمایوی بهر کانی:

بتر نهمی سیفته ګیمایوی یانې کیمی توژینوی لیسر ګی همن

نهمی زور پرتیبی له ۶۰ - ۹۰ % کیمتر نهمی توژینوی.

- جیابونوی برنج دیاری بکین پتچون شکی کردنوی

نهمی بهر لای نهم نه خشی لای خواروه بیت که نهم

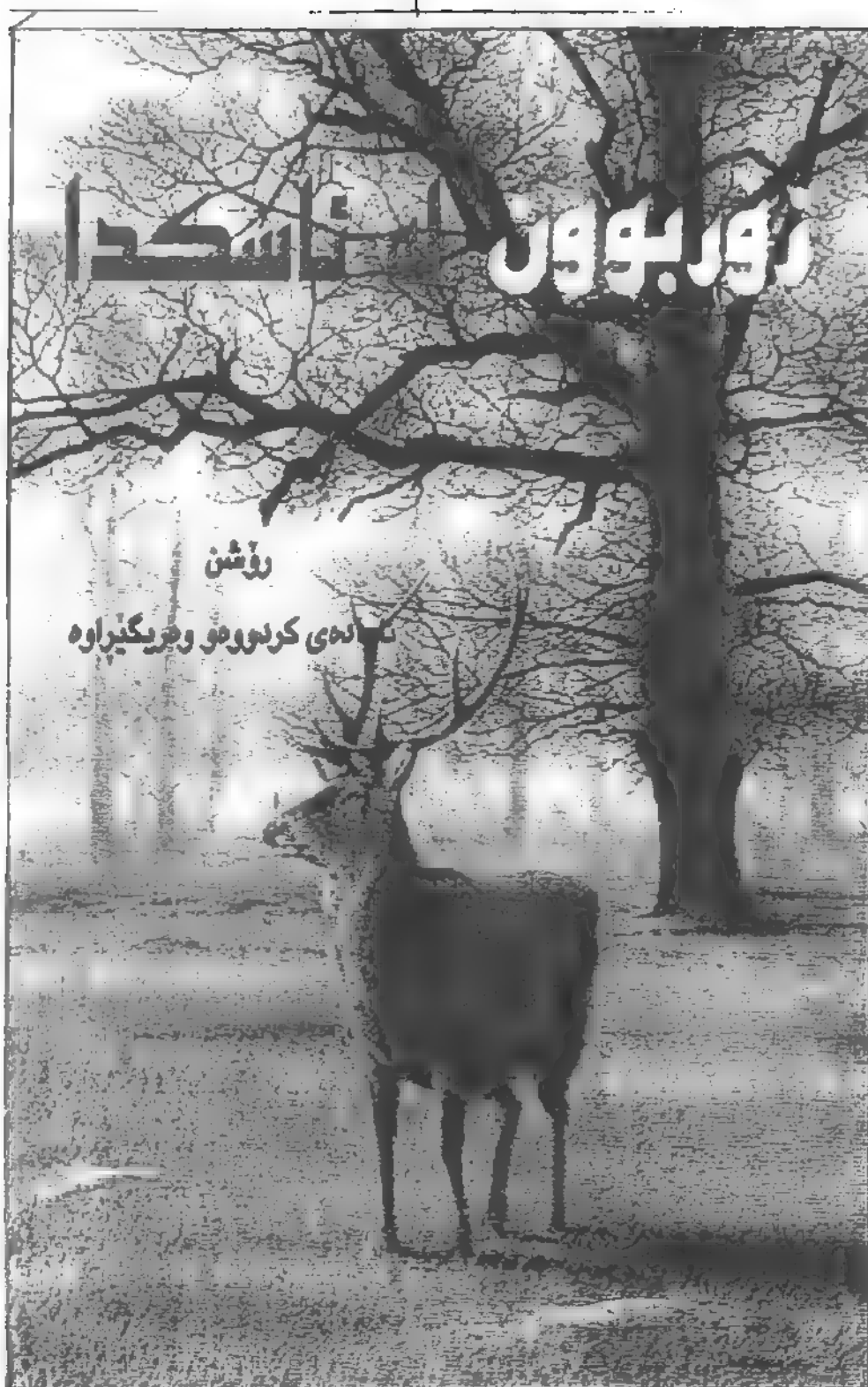
۳- نهمی (نهمی سلاله ۵۶ ی بازبان دا هیده).

نهمی	نهمی	نهمی	نهمی	نهمی	نهمی	نهمی	نهمی
۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰
۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰
۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰
۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰
۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰
۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰
۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰	۱۰۰

نهمی:

نهمی برنج له پارتزګای سلیمانی:

- ۱- نهمی نهمی: نهم جوړه برغه لهنه غامی توژینوی ۲۰
- ۲- نهمی نهمی توژینوی بهر جوړ هاته ناراه لهنه غامی





لە سەرەتای قۆناغی جوتبووندا هەندێک گۆران لە نێرەکاندا روودەدات، وەک هەلئاسانی ئەرژێنی لەناوهراستی ملی دایە، هەروەها رۆژنەکانی دیکەشی بەتایبەتی رۆژنی ژێرچاری و هەندێک رۆژنیشت دەست دەکەن بە دەردانی مادە بۆندارەکان.

قۆناغی جوتبوونیش، شوێنی جوگرافی کاری لێدەکات، یا پێش دەکەوێت، یا دوا، بەپێی باری کەش و شوێنە جوگرافیاکە، بۆ نمونە لەروسیا بێنراوە، کە سەرەتای قۆناغی جوتبوون لەنیووی یەکمەمی مانگی تشرینی دووەمەوە دەست پێدەکات، بەلام لە هەندێک ناوچەیی دیکەدا کە دەکەونە باکووری خۆرەلاتەو، لەکۆتایی مانگی تشرینی دووەمەوە دەست پێدەکات، و هەموو مانگی تشرینی دووەم و بەشیەک لە نیووی کانونی یەکمەمی دەخایەنێت. لەمەنگۆلیا، لەنیووی یەکمەمی کانونی یەکمەمەوە دەست پێدەکات. لە کانونی دووەمیشدا بۆدەوام دەبێت، واتە مانگیەک دواتر لەناوچەکانی کازاخستان.

تایبکردنەوکان، ئەرەشیان دەرخستووە، ئێوانی یەکەجار راو دەنێن و لەگەڵیاندا جووت دەبن، مێرە پێگەشتووەکانە، بەلام مێرە لاوەکان بە زۆری دوا مێن کە راو بنێن و بەسەریاندا بپەین.

ئێمە ئەرەدەخات کە تا مێنگەل، مێی لاری زۆرتر تیا دا بێت، ئێمە زۆرتر قۆناغی جوتبوون تیا دا دەکەوێت. مێنگەلیک بەزۆری لە (۲-۵) مێی تەمەن جیاواز پێکدێت، کە هەر هەموویان توانای پێتانەیان

تایبکردنەو عێراقیەکانیش ئەرەیان سەلماندووە، کە ئاسک سالی دوو جار چالاکی توخمی دەبێت، و تیا دا دەردراوەکانی تۆاوریان زۆر دەبێت، جاری یەکمەم لەبەرھاردا (مانگی نیسان) و جاری دووەمیش لەمپازدا (مانگی تشرینی دووەم) و هەردوو کاتەکش چالاکیە کە کرداریە. واتە لەگەڵ مێرەدا جووت دەبن. و مێرەش هەردوو جارە کە سکی پر دەبێت.

هۆی سەرەکی ئێم بەرەش، دەگەرێتەو بۆ باری ئاوو هەواو بەرزێ لەسەر ئاستی دەریاو ئاو هەواو ناوچە کە لە هەردوو کاتەکەمی بەهارەو پایزەدا، فێنکەو پلەمی گەرمی تیا دا زۆر ناگۆرێت، دەریارە خالی دووەمیش، واتە بەرزێ لەسەر ئاستی دەریاو دەرکەوتووە کە ئاسک لەناوچەیکەدا دەژی بەرزێکەمی لەنیوان (۲-۱۰۰۰م) لە سەر و دەریاو بێت، بۆیە کوردستانیشت بە یەکیەک لەناوچە هەرە باشەکانی ژبانی ئاسک دادەنرێت. لە روسیا ئێم ناوچانەدا دەژی کە بەرزێکەیان لە (۱۰۰۰م) کەمتر نیە لەووی دەریاو تا دەگاتە نزیکە (۱۶۰۰م). لە ئێراندا دەگاتە نزیکە (۷۰۰۰م)، لە هەندێک ناوچەیی دیکەدا دەگاتە (۵۰۰۰م)، بەلام تا ناوچە کە بەرزتر بێت، زاوژی دەبێتە سالی جارتک، رەنگە هەر ئەمەش بێت کە لە عێراقدا سالی دوو جار زاوژی دەکات گەرمترین نیشانەکانی پێگەشتن لەنێرە ئاسکدا، لە رەفتاری دا دەردەکەوێت، چونکە تیا دا جۆلی زۆر دەبێت کەم پشوو دەدات، سەیریش ئەرەدایە ئێم ماوەیدا پێسای زۆر دەبێت.

له نیشانه کانی زانیش، جی، خۆنه گرتن، بۆن کردنی زهوی، زۆریشتن بهنا ئارامیهوه، زۆرمیز کردن، دهرانی زۆر.

زۆری می به کان لهپاش زانه که، ویلاشه که دهخۆن، رهنکه هۆی سهوه کی ئهوهییت که ئهوه ویلاشه پر له پوتین و خۆیه کانه کانه، و رهنکیشه هۆیه کی دیکهشی لهوه داییت که بیوتت ئهوه بۆن و بهرامه نهیلتت لهناوه دا. نهوه که بههۆیه گیانداره درنده کان لێ نزیك بینوه.

بهزۆری می به، یه که یا دور بینجوی دهییت، و زۆر به ده گمیش سی بینجوی دهییت، وه که یاسایه کیش ئهوه می بهی بۆیه کهم جار دهزیت، تهنها یه که بینجوی دهییت.

مه به، ئه می به یانه له گهڵ نیرت کردن. که له کاتدا، نهوه نیرت زۆر له دلهراوکی دایه و خۆی له شوێنیکدا نه گرت، به می دهوه دراوه له نیرت کانی دیکه پیرتگاریان دهکات.

نیرت کان له قوناغدا زۆر خیرا راده کهن، کهم پشوو دهه، زۆر ووه به کارد هینن، و بۆ ئهوهی بهپاشی نه کارد کانیاندا به دهوام بن زۆر دهخۆن.

نه کاتی جوتبوندا، می به کان به خیرایه کی زۆر ده کهن، و نیرت که یان به درادا راده کات، راکردنه که ئهوه هینتکی راست نه، به لکو دهگۆریت، می به نهیوتت ئهوه تاقی بکاتوه که خیرایه، بههیزه، ههیشه خۆی له نیری لاوازو بن هیز دور دهخاتوه، مادی رویشتن و راکردنه که زۆر جار له ۱۰-۱۵ کم تهرمه دهکات. رهنکه هۆیه کی گرنکی فسیؤلۆژیش نهوه دهییت، چونکه کاتیک نیرت راده کات، ههتجونی سیکیش زیاتر دهییت.

نه کاتی دهه جونی یه که ک له می به کان لهناو می به که له که یه، نیرت، زۆر جار بههۆی په له کانی بینجوی دهه ییتتیهوه ناو می به که که، له کاتیکدا که نیرتکی بینگانه دهیوتت خۆی بکات بهناو مینگه که یه ده له ییتتیهوه دهنگیک ناگاداری بهو دهیترت، نه گهر، نیرت بینگانه که دور کتیهوه، نهوه نهییش دهییتتیهوه ناو مینگه که یه، بهلام نه گهر نیرت کتیهوه، نهوه مانای وایه شه پر رووه دات، بهرته بهامیش، بن گومان، هه لاواز نهییتتیهوه، یا نه کات، یا ده کوژیت له بهرتهوه زۆری رتیه مرون نه کاتاندا دهییت.

نه کاتی مهالتبوندا می به سکیپ که، له می به که که نیرت دهووه کتیهوه، بۆ ئهوهی شوینی زاینه که یه بهیترت، و ئهوه رۆژانهی ده که یه زاینه که یهوه، به هینی و له سهو خۆ به سهوی بهرت و نیرت ههواسانی نه کات، به زۆریش ناوچه یه کی پر له گۆرگیا و دهوه و دهستان هه لدهیترت بۆ زاینه که یه. نه گهرچی له ههوه شوێنیک ناوچهی وا دهست ناکهوت و له ناوچهی رووتیش دا دهییت.

نه نیشانه سهوه که کانی سکیپ بون، نهوه که جگه نهوه سک وورده وورده گهر دهییت، گوانه کانی پر دهی له شیر، بهمانایه کی دی ییش دوانزه سهعات له مهالتبونه که یه بهتواوی گوانه کان شیر تهواریان تیدایه.

به کارهینانی خوارده مه نهی

ئهوتۆ که وهکوو دهه مان

به کار دههینۆن

ئهوه بهرته تازانهی که پێ یان دهوێت خوارده مه نهی به دهه مانێ (ی که کان یان دهه مانه خوارکی یه کان یان (خوارکه فرمانی یه کان) بهرتن له خوارکی ناسایی، گیایه یان بیکه یه که یه خوارکیان ته کووه و کو ئهوه شوێنێ که گیای بهرته کی ته دهکرت تهه یه که له تازهترین زهوی خوارکی بونهوهی که مروت لهسایه تهندروستی یه کانی تهندریان بهتواوتی تهسلیان، که یه که تهه مه مانه نه که هه له کوک کانی فروشتنی خوارکی تهندروستی یاندا هه. به لکو تهه نهیته له بازارێ بهقانی و سهووه فروشی یاندا دهوێت، تهسپه که یه خوارک رهه مه نهی یان هه نهی که خوارک فرمائیانه دهه کردوه و کو شهه یه پرتقال که دهه نهیته به کانیسۆم. بهلام هه نهیته یان له گه دهه کردوه تهه که دهیته هه نهیته یان خوارکی تهه یه تهه یان تیدایه ییت.

(ک)

ژەھراوس بوون بە ئەلکھول

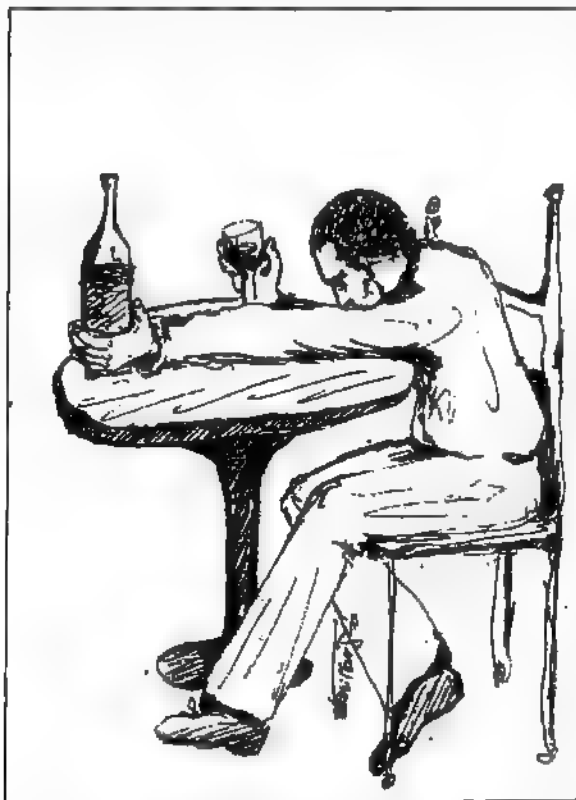
ALCOHOLISM

و: دکتۆری دەرماسان: ئازاد نوری عبدالله



نلکهولیزم نه گړ ژړو دست نیشان بکړیت ته وړتیت چاره سر بکړیت به لام یو بدهختی ناستی بهرزی خدمت کړدن یو چاره سرې تم نه خوشیه کسه ووزرې چاره سره کان یو دوا پله یی نه خوشی کده.

له گڼل نه وهدا کمزیا تر گړنگی دراه به کیشی دهرمانه سرخوش کړه کان وه کو سرخوش کړه نازارو ستینه کړه کان (Nureotic analgesics) وه کو موزفین و پپیدین و میپادول و هیزورین وه کار کړه کومه لایستی و نابوریه کانی.



هواره خراپه کانی تم نه خوشی به له چا سرخوش کړه نازارو ستینه کان دا پست گوئ خراوه یان پست گوئ خرابوون هتا تم سالانسی دوا یی.

نلکهول به بکړیک له دهرمانانه دادریت کده بیته هزی فیزیرون (Addiction) واته خو پینه وگړتن لبر نه وې کده بیته فیزیرون و گړانکاری لشر و درونی و زیاد بوونی تمصل (Tolerance) فیزیرون یان ادمان (Addiction) سنبشه، فیزیرونی کونه ندای لشر physical dependance چنند گړانکاریه کی لشر موزقه که روودات کاتیک دهرمانه که لبر بو ستینرت و نیر به کار نه ستینرت. وه تمصل یان Tolerance بهرگری کړدن زیاد بوونی پیروستی له لشر موزف پلژ به پلژ به بپی لهو

نلکهول به کیک له دهرمانانسی که بهر تریز ریزه نه کړه هیترت بهرنگی هله یان به خراپی (Abuse) حبه نده، یو نمونه له وولاته به کگرتو وکانی تمصیر کادا ۹-۱۰ میوزن کس نلکهول بهرزی به خراپی به کار دهیتن نه کړه کاته سر تمندروستیان و له سده دهرمان ۱۰٪ دهرمانین خبر تروشی نه خوشی نلکهولیزم بوون یان ژهر اوی بوون حبه کول وریژي نلکهول له خوشی نده لمریژي سروشی نه کړه کیشانه یان تیا دا دهره کورت.

هره ها هندیک لهو کسانسی که بهرزی مشروب ده خوشی به خراپی نه واندی که له سر شقام و کولان شو ده بهر سر بهر یی ۲-۳٪ تروشی نه خوشی ژهر اوی بوون به نلکهول واته حبه ییزم ده بن نه واندی مشروب ده خوشی بهر ها بهر کانی بهر ده گړنه هندیکیان گړنکار و هندیکیان له ناز بهر نیش کړن ووزرې نه واندی که نلکهول ده خوشی بهر نه کگرتو وکانی تمصیر کاهه لستیان ۳۵-۴۰٪ بهر به له کومه لانی خه لکن کده دهرمانسیان مام بهر به هره ها له نازو ندی خاوهن پشه کان و بهر گانه کان حبه یی ژړو نلکهول به کار دهیترت و بهر شیکي ژړیان بهر نه نه خوشی بهر ده بن هره ها به کار هیتان و خاوهن دهو حبه یی زیادی کړه ووه له نازو ندی خوتند کار و گه به کان وه حبه یی بهر نه واندی نلکهولیزم له سر تمندروستی کومه ل بهر نه هیه وریژ بهر ژړو لزیاد بو نده. له سده بهر یی ۵۰٪ بهر تروشی کاره ساتی نوتومبیل ده بن له سر ریگا بهر نه واندی که نلکهول یان بهرزی خاوهن دهو هره ها بهر نه بهر کړه له کاره ساتی خنکاندن و بوون بهر ژړو لایوه بهر ستی سوتاندن و لیدان و خوکوژی، یهک له سر ستی بهر کبه و بهر یغانه کان ده چن نه واندی که نلکهول یان بهر بهر.

له بای ۴۰ ملیار دولا نلکهول له جیهاندا بهر هیترت تمه بهر یی که لزیانی خاوهن دهو وه کو گړی پی حبه یی لهو کسهی که مشروب بهرزی ده خواته و تیک بهر نه یاناسی ناو مالز مندا و کار یگړه کانی دیکه حبه یی کومنه. یو نمونه له ساتی ۱۹۷۱ دا زیاتر له ۱۰٪ لهو بهر که بهر تمندروستی و کومه ل دهرمان به کاره اتوه بهر بهر بهر کار یگړه کانی به کار هیتانی نلکهول بهرزی، حبه یی بهر نهو کسانسی که پیروستیان بهر خوشخانه هبه ووه حبه ییزم به کیک لهو نه خوشی کده مانی موزف کم بهر یی موزف لهو کسانسی که نلکهول به کار دیتن بهر بهر نهو کسانسی که به کار ی ناهیتن.

رژوی نه لکهول لهخوتندا کېدوژمېنک یان دوسینکی بکوژ واده نریت (lethal dose) ده کویتنه نیوان (۶۰۰-۷۰۰) ملگم/له ۱۰۰سم^۲ لهخوتن.

کاربگری کلینیکی (التأیبات السریره) نه لکهول نه گیل رژوی نه لکهول لهخوتندا لم خشتی خوارو ودا روون دهیتنوه.

رژوی نه لکهول لهخوتندا ملگم/۱۰۰سم ^۲ لهخوتندا	chiruhical effect کاربگری کلینیکی
۹۹-۲۰	گژوان کاری لیسروشتو همتی مروتف کم تر زال بوون بوسر جوف نومی لمش دا. قسم کریزی زور و دروست کرینی قهلمالقی.
۱۰۰-۱۹۹	تیکچوونی همتی دیار marked mental impairment وکم بوونومی ترکیز تیک چوونی رویشتیو دنیشتیو.
۲۰۰-۲۹۹	پشانموه دل تیکچون، بینن بیدروانی وملتاکسیا (الهزم) (Ataxia)
۳۰۰-۳۹۹	دایزینی پلهی گمایی لمش، تیک چوونی جوف نومی لمش، خولمیرکردن، پلهی یمکمی سرکردن.
۴۰۰-۷۰۰	پورانموه، دایزینی همتاسه دان ومردن.

دست نیشان کردنی ژهراروی بوون به نه لکهول

Diagnosis of Alcoholism

دست نیشان کردنی تم نهخوشی به گرانه لیدونووی لیسر پیناسه کردنی تم نهخوشی به رتکوتنیتیکی کم هیده . نیشانه کانی کلینیکی تم نهخوشی به لهنهخوشیتکوه بز نهخوشیتکی تر جیاوازه و رژوی باورپینکراو هتاکو نیستا پابندنه کراوه و زیاتر بژنم بابغه پشت بقاقی کردنموه نوزمون و تاقیکردنموه پزیشک بستراره دهراره بریاردان لیسر نموی نهخوشه که تووشی تم نهخوشی به بوو یان نا. له گیل نوهشدا تمه شستینکی رهبا نریه. بهلام تمو تایبیت مئندانمی کله (NCA) کارده کم (نه نومنی نه مودی نه لکهولیزم) (National council of Alcoholism) ده توان خزمیتینکی باشی تم بابغه بکمن بز دست نیشان کردنی تم نهخوشی به چونکه زرو دیاری کردنی تم نهخوشیه رژیکی گرنگی هیده لغزو چاک بوونموه بمره پتش چوونی باشی نهخوشه کدا. گمورهترین رژوی به کارهینانی نه لکهول لهوالاته یه گگرتووه کانی

پن نسیتایل کوئنزایم نهی (Acetyl coenzyme A) نمش دهیتنه ناو سوپی کریپسوه (Krebs cycle) بز دروست کردنی دووم نؤکسیدی کاربون (CO₂) له گیل تار (H₂O) هروها به شداری لیدروست نری جعوری و پزوتیندا ده کات هروو نغزیمه کمی پشو نرومان هینان لپرسراون له گزینی (NAD) بز (NAD⁺) کېدو شداری له مئندلی میتابولیزمی نااسایی دا . کت وکو زیاده بونی چوری لهخوتندا وکرهاری کیتوسس (Ketosis) ویزاده بونی لاکتیک اسید (Lactic Acid) له گیل urea یوریا له خوتندا کم زیاتر له کاتی نه هینانی نه لکهول به بیدروانی و به درژخایینی روودوات. حیات لیدیهاید (Acetaldehyde) به کم زینده پتالی سکونه که لهوانه یه زور به خاری زینده پسال بکرت حرکتی کېدو درژخایینی نه لکهول دهخونموه دهیتنه هوی تر ژهراروی بوون لهناو به شکانی لمش دا. زلریمی دهمنه کان بهرژویه کی سدی و مستاو میتابولیزم لهناو محوره ده کرتین بمرن کرداری (First order). بهلام سکون بهرژویه کی و مستاو میتابولیزم ده کرتی بمرنی نه یف (Zero order)

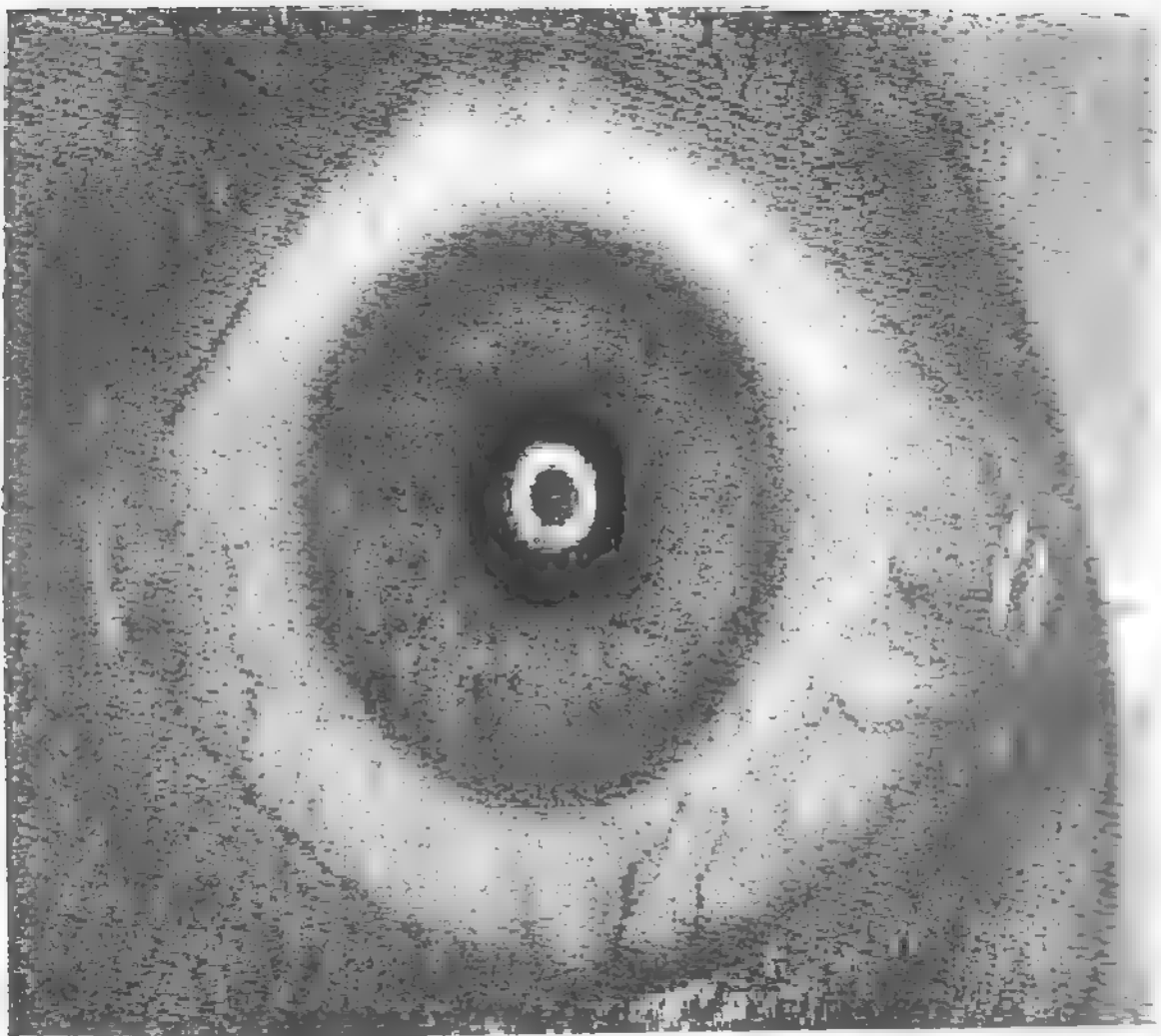
نری تمو نه لکهولمی دهخورتنوه له جگوره گژوان کاری حیده دی، بز غونه نه گمر کسینک کیشی ۷۰ کم بیت . توبیت ۷ گم له یلک کات ژمیردا له نه لکهول گژوانکاری حکرده بوسرودا بیتیت و رژوی دایزینی نه لکهول حرتنا نریکه له ۱۵ ملگم/۱۰۰مل له یلک کات ژمیردا . نری یلک کات ژمیر لهخواردنموه نه لکهول نه گمر رژوی سکون لهخوتندا گهیشته ۱۰۰ملگم/۱مل لهخوتندا لهناو کم پیتی پیناسه یی نه لکهولیزم واته ژهراروی بوون سکون داهنری بمری که گهیشته ژهراروی بوون حکرده و پیتی به چاروسرکردن هیده لمزور کات دا. نریه مروت له ماره یلک کات ژمیردا ده گاته ژهراروی بوون نری خواردنموه نه لکهول بمر رژوانی خوارو ودا . ۳۶۰×۵مل. شراب ۱۲۰×۴مل و سکی ۳۰×۵مل سیرتری دلزیتروا ۳۰×۵سم^۲ و مارتینس ۹۰×۲سم^۲ . رژوی نه لکهول لهخوتندا و ژهراروی بوون به نه لکهول) هر کسانمی کم مئمن یان راهاترون لیسر نه لکهول تمو ، تمکولمی کده بیتنه هوی ژهراروی بوون به نه لکهول حرتیندا گه یلک زیاتره لمو بمره نه لکهولمی کده بیتنه هرو دی بوون لهو کسانمی کنه لکهول کمتر به کارده هینن.

نەخۋىشى ۋىلسن

Wilson's disease

دكتور كوردۇ ئەكرەم

نەخۋىخانەى فېركارى سەيمانى



۹ مانگی دایه، د بیت رتړې ناسای سریلپلازمین (20-25 mg/d/) و مس له جگړیاند له (50 ug/g) – جگړی وشکرواډا) – کیمتر ینست. لږ کسانې سریلپلازمینیان کمه، همدېک جاو پړې مس له جگړیاند د ډگانه (1000ug/g)

بەرزى ئەر كىسەنى ئىم نەخۇشە دەگىن تىمىيان لىتىوان
۶-۵۰ سالى دايە، بەلام بەرزى لە كۆتايى تىمىنى
ھىزەكار بىلەنە تىياندا سەرھەلەدات.

لهواندیه زۆر چار بـهـشـتـوـهـیهـکی لاره‌کسی جگه‌هـهـز
hepatitis رویدات، که به ناسانی له‌هه‌کرده‌نی فایزسی
جاناکه‌هه‌هه.

بەشتیویدیکی ناسایی، نەخۆشیە کە، سنۆداریو زۆر پەرو
ناسیتیت، بەلام هەندیک جار گەلیک نیشانیو روخاری
نالماری توش دەگات، کەجگەرەسۆی دۆرخایەن chronic
hepatitis پەگیتە لێبەرنەجامە دیارەکانی، و زۆرجاریش
nodular cirrhosis جگەر تووشی گریزی ریشالبونی
دەبیت، کەلەپاشدا دەبیتە هۆی پەگخستنی ناواخە شانەکانی
جگەر Paranchyma، یا بەرزە پەستانی دەرگوانە
Portal hypertension

لوانه، له‌هغه ډېک جارد، جگړه تووشی هیچ نه‌خوښیدک
نښت، بهاسانی هر بریکی زیاده می بگاتی بشتویه کی
بهره (نازاد) بیکاته نارخوښوه، له‌خوښی‌شوه وورده وورده
بهرنگای بلاره diffusion بگاته هممو شانه‌کانی لمش،
للم باره تنه‌ها کاری مه‌که لمدماغ و چاودا دهره‌که‌سرت
(وتنه ۱).

دفعہ

نه‌گور بره مسه زیاده‌که، له‌خانو شانه‌گانی ده‌ماخدا زۆر نیشته، ئه‌وا ده‌بیته هۆی تیتیک چوینی ده‌ماری، سه‌ریشه، له‌رزین (Tremors) به‌تایبتهی په‌له‌گانی پیتشوهو سه‌ر که‌زۆر له‌پار که‌من (Parkinson) ده‌بیت، زمان گرتن



نه‌خوښی ویلسن، په‌کینکه له‌مېره نه‌خوښه نا‌واړه بڼه
ما‌ری‌یه‌کان، کم‌پوړه‌ندیه‌ګې را‌ست‌خوږې بې‌مت‌ګې‌وونې
زنده‌پالې خوږا‌ګوړه ه‌ډیر، له‌با‌ن‌موه ده‌ګو‌ټ‌و‌رت‌موه بڼه‌ناله،
تیا‌یدا زنده چالا‌کيه‌ګانې تو‌خې مس له‌ل‌شدا ټپک ده‌چیت‌و
تای‌ت بر‌اکې له‌ل‌شدا زیاده‌ګات.

نعم نه خوشيه لسالي ۱۹۱۲ء له لايمن كينډر ويلسن (Kinnier Wilson) وه د دوزر ايموه، بهلام پاش ۳۳ سالي دواتر بېتواوي د سټ نيشاني هوکارو نيشانه کاني کړا، هيربناوي دوزر دکشميره (ويلسن) ناوبرا.

نخوشیه که، به‌هزی دور بی هلی (gene) ی لمیره
(autosomal) کسان دهن (WD gene)

لەباوانەوه بۆ مەنڵ دەگوزێزێتەوه، ئەلیلی سروشتی ئەم جینە پێی دەوترێت: جینی هاوسەنگ کردنی مەس لەمەشدا، واتە ئەو کەسێ بۆهێڵەکانی بەشیوەیەکی سروشتی بن، ئەوا نەخۆشیەکی نایەت و وێژی مەس تیایدا سروشتی دەبێت، بەلام ئەو کەسێ که بۆهێڵەکانی ئەواوینە (abnormal)، وێژی مەس لەخۆنیدا زۆر بەمۆدەبێتەوه تاراوەی (۱۰ - ۱۵ جار) زیاتر لە کەسێکی ئاسایی، و گەلێک نیشانەو بەلگەي ئەم زیادەنەش بەمەش و لاو و فەتارەو دەوێت.

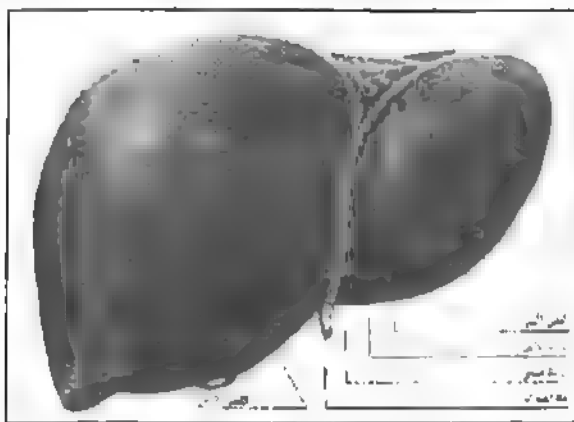
بۆيۈكلىكىنى نەخشىلىگەن، لىسىز كۆمۈسۈمى (۱۳) ن،
رەزى توشۇنىش پىنى ئىزىكى يىك كىسە لى ۳۰۰۰ كىسدا.
و تىتتا ژمارىيەكى زۆر لىخەلكى لىجىھاندا بىدەستىمە
دەنالتىن.

Cause / ھۆكۈر

له خوږنې مرزقدا، پروټينټك هډيه، پټنې دوترټ سويلوپلازمين Ceruloplasmin، ثم پروټينه بنتولنډي به مسووه دنوسيت، لمدواى كردهاره زنده پالايه گانې Metabolism، زياده كنى ددهات بز گورچيلو، ليوټوه يعوى ميزوه، فېئده درته ددروود. بلام لو كسانى ثم پروټينه يان كمه يانمانه، ثوا تابيت بېي مس لړنگاي خوراكووه وردد گريټ و له لشد كنه كه دهيت و دچيته ناو همسو خانو شانگانې لمشوو زياده كنى فري نادهن.

بۆ دپاریکردنی تەواوی ئەم ئەمۆشیه، پێترستە فەمسی خوێن بکەیت بۆ زانیی پری سیریلۆپلازمین لەپلازما. لێو کساندا دەرە کەوتت کە خەستی سیریلۆپلازمین لەپلازما ی خوێنیاندا لە (20mg /dl) کەمترە و پری مەس لەجگەری و شەك کراوەیاندە لە (250 ug/g) زیاترە.

جگہ لہ کڑبی ساوا کسریلو پلازمین تیایاندا کسمو مس
لہ جگہریاندا زرقہ، بہ لام لہو منالانہی کتمہنہان لہنوان ۶-



۴- نو کسانای له‌خزمه هه‌ره نزیکه‌کانیدا نه‌خوشتی ویتسن هه‌یه.

8- نمو مثالانسی لہاولو دایکتیکی خزمی نریکوه
پیدادین.

نه‌گەر گومان له‌یوونی نه‌خۆشی وێلسن له‌کەستێکدا کرا،
 پێنۆسته به‌ری سه‌ر یۆپلازمین Ceruloplasmin
 پێنۆیت و نه‌گەر ئه‌و به‌ره له 20mg/dl که‌متر یه‌و و بازه‌ی
 قه‌یسەر - فلیچەر له‌یو، یا‌یوونی به‌ته‌وا‌ی نه‌سه‌لێنرا،
 پێنۆسته له‌و حاله‌ته‌دا پارچه له‌جگه‌ری نه‌خۆشه‌که
 (biopsy) وهرگیریت و فه‌حس بکړیت. و شیکردنه‌وی
 شانه‌ی histoanalysis به‌ بکړیت نه‌گەر رتژی مس
 له‌جگه‌ری وشکراوه‌دا له (250 ug/g) زیاتریوه، ته‌مه
 یوونی نه‌خۆشه‌که ده‌سه‌لێنیت، به‌لام له‌دیاریکړنه‌ی ته‌وا‌ی
 نه‌لقه‌ی قه‌یسەر - فلیچەر له‌چاوه‌دا، پێنۆسته به‌پارچه
 وهرگرتنی جگه‌ر ناکات.

زاتِ بیون یہ سہ روزہ خوشیہ گدا

تا نیستا هیچ چاره‌سری‌کی وانه د‌زور او تهره ک‌ب‌ت‌ب‌و‌ای
ب‌ن‌ب‌ری نه‌خ‌ش‌یه که ب‌ک‌ات و نه‌یه‌ن‌یت، ب‌ه‌ل‌ام د‌ات‌وان‌ر‌ست،
تا ر‌ا د‌یه‌کی ز‌ل‌ل نه‌خ‌ش ب‌س‌ری‌دا ز‌ال‌ ب‌یت و نه‌یه‌ل‌یت
ب‌ر‌ه‌س‌ن‌یت.

له‌گه‌ر کاری ژهرینی مس له‌لمشی نه‌خو‌شه‌که‌دا نه‌گه‌یشت‌وه
 نه‌و‌په‌ری، لا‌بر‌دی مسه زیاده‌که، ژبانی نه‌خو‌شه‌که ده‌پار‌زیت،
 له‌لمش پتو‌یستی ب‌وه ه‌دی‌ه، گنه‌خو‌ش به‌دو‌ژبانی ژبانی و
 رو‌ژانه ه‌پی پ‌ن‌س‌لامین Pencillamine یا ترای ئی‌پ‌ل
 نی‌تی‌ترامین (triethylenetetramine) ب‌خ‌وات،
 چا‌بر‌سه‌که به‌زۆری ئ‌م کارانه ده‌کات:

* ورود و بار ی تیگیرونه دمار به که ناهیتلت.

* بھرو باشتہ رزشتنی نہ خوشیہ کانی جگر، جگر ووردہ ووردہ دہ گرتنہ بق فرمانہ ناساہ کانی خوی۔

(dysphagia)، ليك هاتنه خوارو، بدمددا
 (drug)، بدرگان جوتنه پښ كړدنې جو مگه كان،
 ريكنخستني كرده دكان
 (incoordination)، لوانشه رويشتن ييك بجيت
 gait disturbance، ياتيك چوولي ديروني
 Psychiatric disturbance، ورك هدلسو كوونې
 bizarre behaviour، د جلوشل كړون بڼ
 emotionalism.

حیجت کمنوژی دهرنیا Psychosis توش
 - حووی لشیژا لرنیا Schizophrenia یا
 حووی ختی Manic - depressive جیانا کرتوه.

- تیک کبناشکرا، تیکچرونه ده‌ساریه‌گان یادرونیه‌گان
 - عات مس بستماری له‌چاودا بلاودیه‌تسوه، نیش‌توبه‌کی
 - یسوزنکی نالتونی بشپووی بازنیله له‌ناو یه‌کینک
 - جی‌تسی گزنیادا کمپزی دوترتیت پسرده‌ی دیسمنت
 - (Disce) درده‌کسوت و بسم بازنی‌یش دوترتیت
 - نیر نیمر - فلیچر (Kayser - Fleischer)
 - (تیمی ۱).

— نمد نمقیه له چاروا (کله لایمن پزشکی تاییدی
— محقق Split-Lamp و دیاری ده کورت)
— به دست پزشکی که تکنیک چورنه دهمی و
— نمخوشه کدا، پیوهندی بغه خوشی ویلسنوه نه،
— درماني پنسلامینی Pencillamine
— کدرماني چاره سري لم نه خوشیده).
— نمخوشه که diagnosis

۱- یکرودن و دستنیشانکردنی نهخوژی ویلسن
۲- گمشاندنی نهخوژی که دهکات، پلوه نهخوژی
۳- گشتی جگرو دمارو دروون، و مردن، بزوری ثم
حرب نتیج کومه له خه لکدا دبره کسرت کببزوری
۴- گشتی جگرو دمارو دروون، و مردن، بزوری ثم

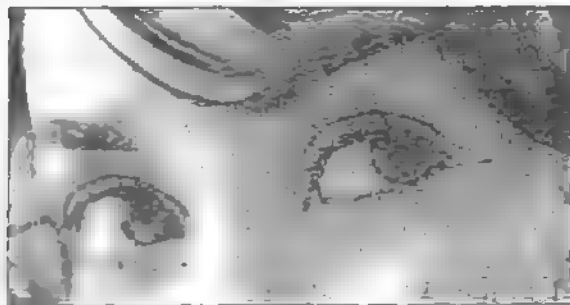
۱- محضانه‌ی نه‌خوشه‌گی جگوریان هدی و به‌داسانی
۲- محضانه‌ی ریاضی ریاضی ریاضی ریاضی ریاضی
transam یان تاداد زوریوه.

— چو خوشنامی، نه خوشی و ماری نندامدگانی جو له بیان
— چو چته و مته هؤکمی نازانیت.

— خوشنمایی، نه‌خوشی درویشان تیدایه و به‌توازی
— حریت و هژمونی چیه؟

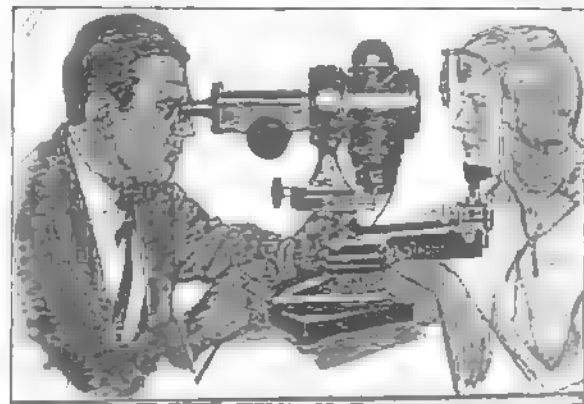
بختایستی لږو نه خوښانهی کمباری دمارسان تیک چو پنیوسته نږه یان پنیوتیت، کښه خوښه که لمانگی په کمد زږ خراب دهیت، نهوش له ۲۰٪ نه خوښه کاند روده دات. نه گډ نهوی پنیوتیت لوانه په لپاش مارویه کی کم واز لدمرمانه که بهینیت و بډر دواو نهیت له خوړد نیدا. زږ به کمپی، کارلیکی ژهرای بوون به پنیولامین نه گډ بز مارویه کی زږ وډرگیا - روده دات -

له گډ نهوشدا، هډوه کو هممو هستداریمته کانی دیکه، همدیک دپاره ی تیدا دډر دگوت، لوانه میزی پروتیناوی Proteinurea، که لوانه په لپاشدا بیته هوی دپاره ی میزه بزریچکه تیک چوونه کان nephrotic syndrome. نه گډ لا کاربگریسه کانی effect-Side ی به قورسی تیدا دډر گوت، پنیوسته پنیولامینه کی بز بگوتیت به (triethylenetetramine). که کاری وک پنیولامینو کمتر هستداریمتی هیه، و لمریتانیا زږ به کاریت. و دست ده کورت.



سډرچاوه

- 1- Medicine International: "Metabolic disorders" 14- feb. 1985. PP599-600
- 2- Boyd, William. : "Pathology - struncture and function : Disease" Henry Kimpton - London PP 1257 - 1258
- 3- Davidson's Principles and Practice of Medicine. London 1991 PP 603,872



* بډر و باشر چوونی نه خوښه کانی دډروسی، دیسانوه چارسر کړدنی بډرمانه دډویه کانیش بډرود..
دډرمانی چارسر:

باشترین چارسر بزډم نه خوښانه وک باسکرا همپی (D-Pencillamine)، کږوژانه ۱ گم به چوار چار خوړدن، ۴۵ خولهک پیش نان خوړدن، یا دو سمعات دوی نان خوړدن بخورت.

پنیوسته ۲۵ ملگم هفتانه پایرووکسین Pyridoxin وډرگرت بز راگرتی رژی ښامین B6 نه خوښی لمانگی په کمد، همدیک هستداریمتی پنیولامینه که تیايدا دروست دهیت وک تا، لږ لږ هاتن و سوربونوه کم بوونی خړکه سپیه دډنکاره کان granulocytopenia، کم مېوونی خپله ی خوښ thrombocytopenia. پنیوسته وژانه پله ی گډومی نه خوښه که وډرگرت و تمعاشای پستی بکرت.

هډوه هفتی سډر چار فحسی خړکی سپی WBC و ژماره ی خپله کانی خوښی Platelets ی بز بکرت و جیاوازه کانیان تومار بکرت، لمانه کاتدا بډر هیملوگلوبین PCV ی بز بکرت له گډ فحسه وژینه کانی میزا.

نه گډ هستداریمتی رویدا، لږا پنیوسته پنیولامینه که بوستیت، تابتموای کارلیکه که نامینیت. لپاشدا دست بکرتسوه به یدانی، بشنوی ۲۵ ملگم وژانه (0.25g/daly) وډر وډر، بوی زیاد بکرت و لمانوی دو هفتدا بوی بکرتسوه به ۱ گم وژانه. لږو کاتسدا دتوانرت وژانه (Prednisone) ی بشنوی ۲۰-۳۰ ملگم بډرتن یا بډر ستمویدکی دیکمی لږو بابته. نه گډ تاموای پک هفت هیچ کارلیکی دیکه رویدا، لږا وډر وډر ستمویدکی بز دابغرت تاده گانه سفر. پیش نهوی دست بکرت بچارسډر.

نیستاو ئاسۆی دوا پوژنی بهرهم هینانی میوه

له کوردستاندا

نوسینی / فخرالدین مصطفی صالح

مامۆستای کۆلیژی کشتوکال



لڼم خشته په ي خوا را وه دا چغند پټکها ته يه کی هه ندی
میوه ده نو سین که له ۱۰۰ غرام ی نو پشمی ده خوریت
د احمیه .

جړی میوه	ناو %	شکر (غم)	چغوری (غم)	پروټین (غم)	فیتامین A پشمی جبهانی	فیتامین C (ملغم)
سپو	۸۴	۱۵۰	۰.۶	۰.۶	۹۰	۴
هروین	۸۲	۱۷	۰.۶	۰.۶	۲۰	۴
شکر	۸۵	۱۲	۰.۶	۱	۲۷۰۰	۱۰
توت	۸۱	۱۸	۰.۶	۰.۶	۱۰۰	۴
هه نډ پر	۷۸	۲۲	۰.۶	۰.۶	۸۰	۷
گوز	۴	۱۸	۶۴	۱۵	۲۰	۲
بسته	۵	۷۱	۵۲	۱۹۲	۲۲۰	سفر
شکر	۹۰	۱۰	۰.۶	۰.۶	۶۰	۵۰
پشمی منیا	۸۷	۱۲	۰.۶	۰.۶	۶۷۰	۱
پروټین ان	۸۶	۱۲	۰.۶	۱	۱۲۲۰	۷
زیتون	۶۰	-	۲۰-۱۵	۱	-	-

۲- زړه ی میوه کان به کار ده هینریت بډیشسازی دروست
کردنی خوارنه وه ی کهولی و سرکه ده رهینانی رونی روکی
واک که له زیتون دا هه په ، هرو ها دروست کردنی دوشاو
مره بار چلی و به کارهینانیان له ناو شیرینی کاند هرو ها
به کارهینانی میوه بډیشسازی کردنه ناو قوتو . که لی چور
لمبری میوه و شک ده کرتیوه واک تریو توو هرو ها هه لوژو
قهیسی .

۳- به کارهینانی ته ختمی داری میوه له پیشسازی دارتاشی
و مزیدله دروست کر دن دابه تایبه تی داری گوزوهه رمیو
کاکي وگه لیکي تریش .

۴- داهه زواندنې باخی میوه سرجاویه که بوجوان کردنی
سروشت وپا کرده وه ښنگه . هه روها ناشتني داری میوه له

اسنزاندنې باخی میوه برهم هینانی له کور
دستاندامیووه کی زور کونی هه په یوه بډیز (که باقی) ده
تیت (کوره تاي شاونانی تی له ږنگه یه ره م هینانی
خواراکه وه له روزه لاتی تریک دابه تایبه ته کورستانی
خوارووا و دزلی نیل دروست بوه پیش ده هه زار سال . نه
مه یش ده که رته و بډیزو کی که ناروهوایه کی گوزاو بډاری
میوه له کورستاندا هه په . دیاره که کورستان لمانا و نو
نارچه په دایه که پی ی ده و تری ت نارچی مام ناوه ندی (المنکه
المعتدله) لمانان خه سی پانتایی ۳۶-۳۸ ، و نه تمیش
گرمیان ر کورستانی لڼ دروست بوه ، که له هره که میاند
توانین میوه گوزاو پروتین واک مزده مندې بډخوارو
و ده گوزو بسته و سینوی بیانی و نو میوانی پتوستان به
سرمای زوری زستان هه په بډا وچه کانی سره وه . باخه وانی
کور د توانیویتی به کارامی خوی له هه رشونیکدا گو
غواو بووینت باخی میوه دایه زرنیت ، ته نانت له سر پوی
شاخه کان ده سین ته لاتی که له که بوردیان دروست کردووه
داری میوه یان تیا ناشتوه . ثم شیوه برهم هینانه له لایه
که وه ماندو نه ناسی ونازیبیتی بډله کانی که لی کورده ده
خات وله لایه کی تریشوه زیره کی و شاره زایسان ده رده خات
به وه ږنگه په کی پاستیان گر توت به روزه برهم هینانی
میوه لمانا وچه شاخوایه کاند . هه ندی چار چغند پرسیارک
ناراسته مان ده بنوه ، تایا بوجی به ره می میوه ی خوصالی
که مه ؟ یان له ناستیکی باشدانی په ؟ چی که یق هتا
برهم هینانی میوه له کورستاندا به ره پیشوه ببین ؟
هزکاره کانی دواکویتی چریه ؟ نمانو که لی بوجویتی تر له
م پاسدا نه خه یق به بفرده ست خوتنه رانی به ریز ، به
هیوایوه تیشکیمان خستیته سر تم لاینه گرنگه .
گرنگی به برهم هینانی میوه ؛

۱- میره خواراکیکی گرنگه بزموژ له به رسره ی سرجاویه
کی شه کرو چو ریو پروتین و فیتامینه کانه هه رو هچغند
تروطنیکی کازایی واک کالیسیوم ، فسفور ، ناسن ، صودیوم
، پوتاسیوم ... که لیکي تری تیدایه . وه هرو له به ره به
کارهینان و خواردنې میوه به په کیک له نیشانه کانی پتشفکه
وتی هه رکومه لکایه که ده ژمیریت .

دوره کورت بهی چشنی گوجاو نروتنراوه یان چشنه کار (أصناف) تیکه لاو نه کاروه بهتاییستی لور جورانی ک پتویسته چشنه کانیاں بهتیکه لاری بروتیتریت هتا بهشیویه کی باش بهریدات.

۵) گوتنمدان به خزستکردنی باخی میوه شو کرداره کشتوکالیانه که پتویسته له کاتی خوری دا نهجام بدیت وه کتلان و پشین کردن و هه لپاچین و قهلاچوکردنی نهخوشی و میوو و بزار کردن.

۶) بلکوبونوهی هندی نهخوشی و میوو له باخه کانی میوه دا وای کرده که ریزه کی زور له داری میوه بهیوتی یان بهرهمه کی کم بیتوو یان هر به که لک نهیت.

۷) نسبوونی رنگی گواستنهوی پتویست له زوریسی ناوچه کانی بهرهم هینانی میوه، به مبهستی هینانهناو بازاره کانوه.

ناسوی بهرهم هینانی میوه له کوردستاندا

وه له پیشه باسان کرد کوردستان نار و هوا به کی گوجاری هه به حوروها خاکیکی به پست و بهر کتی هه به له باره بۆناشتی میوه، وه نه گهر بیت و چاره سوری شو گیوگرتانه بکرت که رو به روی بهرهم هینانی میوه دهیتوو نه توانین بلتین بهرهم هینانی میوه له ناستیک دا دهیت جگه لوهی پتادوستی دانیشنوان زامن نه کات بۆ دهرهوی کوردستانیش بیتیتریت بهتاییست نه گهر شم چهند پیش نیازی لای خواروه پهره بکرت.

۱) تۆژینهوی رویتوکردنی گشتی کوردستان به مبهستی دست نیشان کردنی ناوچی گوجاو بۆ هه رجۆره میوه به.

۲) پشتگرتنی پۆژه کانی بهرهم هینانی میوه وه له هندی ولاتی جیهان پهرهوی ده کرت.

۳) گرنگی دان به لیکۆلینهوی تۆژینهوی زانستی شم بهاره دا بهتاییست بۆ هه لپاردنی شو چشنه میوانی که له ناو کوردستان دا همن (خومالین) وه توانای مانهویان بسوه بهتاییست شو سالانی که ناوچه کان چۆن گران.

۴) گرنگی دان به ناماده کردنی کسادریشارهزا له باری باخداریدا.

۵) دابمش کردنی زهوی به سهر هه لگرتی پروانامی باخداري به مبهستی دامه زانندی باخی میوه.

۶) گرنگی دان به رابری کشتوکالی (الارشاد الزراعی) هتا بتوانرت زانستی کشتوکال بگویتوو بۆناو جوتیاران.

۷) گرنگی دان به باری ناویدی شویش به پهره بکرتی سستی ناوه دان به دۆپاندن.

سهرچاوکان

البياتين النفضية اساسيات انشائها وخدماتها د. يوسف حنا يوسف.
(الريف الكرستاني) - الواقع الاقتصادي - الاجتماعی وملاحظات بشأن
اعمار القري الكردية ١٩٩٢ من منشورات اعلام المركز الرابع للاتحاد الوطني
الكرستاني.

نشرة احصائية / وزارة التخطيط الجهاز المركزي لاحصاء ١٩٩١

نر باخچو سهیرانگاگان داوه روکی جوانی دوری خوی ده بیت.

۵- دۆژینهوی کار بۆژیه کی زور له دانیشنوان که له باری بهرهم هینانی میوه نه ماسه که کان دا کاریکن.

۶- نه توانرت پۆژهی پهره ده کردنی کرسی ناویشم دا به نتریت به تاییستی له ناوچانی که داری توویان زور.

هۆکارمکانی داوه وستی بهرهم هینانی میوه نه

کوردستاندا

۱- بوخاندن و راگواستنهوی نزیکه ی ٤٠٠٠ دیوگوندی کوردستان که بهرهم هینانی میوه خه ریک بوون. وه نه گهر یه دابیشین که بهرهم هینانی به ١٠٠ سال پیکهاتیبت بهرهمه زانیک له (٧) نه نام دهرهست بویت شو گواستنه که بهرهم بهرهمی شو ٢٠٨ ملیون خه لکی کوردستان دهره بکرت. وه نه گهر ٧٠٪ شو ریزه به کاری کشتوکالی بهرهمه خه ریک بوون نه توانرتی که ی ٢ ملیون کس کرا به بهتاله ٢٠ وه شم خسته بهی خواروه دا رو بهری بهرهمه کان و ژماره گونده کان دهره کورت:

پاریژگا	رو بهر (هونم)	گوند		ژماره
		١٩٧٢	١٩٨٧	
سلیمان	٦٨٠٩٢٠٠	١٨٧٧	١٩٢	١٦٨٥
ههویز	٦٠٢٩٦٠٠	١٢٧٤	٢٥٨	١٠٢٩
ههوک	٢٦٢١٢٠٠			
کهروک	٢٨٧١٦٠٠			

تاییستی / زانیاریم دست نه کهوتوو دهره بهی گونده کانی ههوک و کهروک.

۳ *

۲- که می رو بهری شو زویانی که بۆ دامه زانندی باخ به کارهاتوین له چار رو بهری شو زویانی که بۆ باخ ده ست ده بن. بۆعونه له پاریژگی سلیمانی ٣٦٢٨٨ دویم باخان هه به هلام رو بهری شو زویانی که به دامه زانندی باخ ده شین ١٨١٠٤٩١ ٤/٥ الهیته العامه للزراعه فی السلیمانیه.

شمش ده گرتوو بۆ شو یاسایانی که له کاتی رۆشم دا نه توان دامه زانندی باخ.

۳) له پهرهوی پۆژهی بهرهم هینانی میوه له چار بهرهم هینانی لاینه کشتوکالیه کانی تهره دهره خاینه، خه لکی کهتر بهرهم بهرهم هینانی میوه ده چن.

۴) گوئی نهان به بهرهمه زانسته کان له باری دامه زانندی باخی میوه بهرهم هینانی دا. شمش زۆرجار له باخه کان دا

نەخۇشى سەدەس بىست

"ئەنفلۇئزاس بالندە" و پەيۋەندى بە مرقەۋە

"Avian Influenza"

ئامادەکردنى: دىكتور فرىدون عبدالستار محمد

ئەندامى كۆمەلەي پزىشكانى دروستى ئاژەل كوردستان



پیشگی:

سرچاهی نمخوشی‌ده‌کش بالنده ناوی‌سه کزچهری‌ده‌کان
بروزو ه‌روه‌ها چند سرچاهی‌ده‌کی زانستی نا‌ده‌سه
شیده‌ره‌کانی و‌کو (سر‌از) ی تاوان‌بار کرد به‌وی
کنمخوشی نمفلونزای بالنده ده‌گرت‌ت‌سره ب‌ز ق‌ل‌ر
په‌ی‌ده‌ده‌ده‌کش ب‌م شیده‌یه:

- (م‌روی) ← بر‌از ← (ق‌ل)

له سده‌ی بیست‌مدا نمخوشی نمفلونزای بالنده چند جارت‌ک
لمش‌وی چند ش‌ر‌ش‌یک‌دا (Disease outbreak) س‌ری
ه‌لد‌ل‌و له ز‌ری‌ی ول‌ت‌انی جیه‌ل‌دا بلا‌ی‌وت‌س‌وه، ه‌ر ل‌م ی‌ست
س‌ل‌ی ر‌ب‌ده‌ده نمفلونزای بالنده ب‌م شیده له جیه‌ل‌دا تم‌ش‌نی
کرده‌وه:

- له سالی ۱۹۷۹ له ب‌ر‌ت‌ان‌یا.
- له سالی ۱۹۸۲ - ۱۹۸۴ له ول‌ت‌ه ی‌د‌گ‌رت‌و‌ده‌کانی م‌م‌ری‌کا.
- له سالی ۱۹۸۳-۱۹۸۴ له ن‌ر‌ل‌ندا.
- له سالی ۱۹۸۶ له ه‌ون‌گ ک‌ون‌گ.
- له سالی ۱۹۹۸ له ه‌ون‌گ ک‌ون‌گ.

خانه‌ی خ‌وی‌ی ف‌ای‌ر‌وس‌ی نمفلونزای بالنده:

ب‌ی‌ن‌ی ز‌ده‌ری‌ی سرچ‌ا‌وه‌کانی پ‌ز‌ش‌کی ف‌ی‌ت‌ر‌ن‌ری، ف‌ای‌ر‌وس‌ی
نمخوشی نمفلونزای بالنده به‌شیده‌یه‌کی س‌رو‌شی له خانه‌کانی
م‌خ‌ول‌ی بالنده ک‌ی‌و‌یه ناوی‌ده‌کان‌دا (Wild water Fowl)
ده‌ژ‌ن و ه‌روه‌ها ل‌م خان‌ل‌دا د‌ب‌ش د‌ب‌ن و گ‌ش‌ه ده‌ک‌ن و له
ت‌م‌ب‌ل‌دا ز‌ر د‌ب‌ن و ب‌ی‌ن‌ل‌وی ه‌ی‌چ ز‌ب‌ان‌یک به‌ خانه‌ی خ‌وی‌که
ب‌گ‌ی‌ش‌ن، و‌ت‌ه ل‌م بالنده ک‌ی‌و‌یه ناوی‌انه ب‌س‌رچ‌ا‌وه‌یه‌کی ه‌م‌ی‌ش‌ه‌ی
نمخوشی نمفلونزای بالنده د‌ا‌ه‌ن‌ر‌ت و له ت‌م‌ب‌ل‌م‌ش‌دا ف‌ای‌ر‌وس‌ه‌کان
له م‌خ‌ول‌ی بالنده ناوی‌ده‌کان‌س‌وه ده‌ده‌ده‌رت‌ه نا‌ر‌ی ر‌و‌ی‌ار‌و
ده‌ر‌ب‌ا‌جه‌کان‌س‌وه ب‌ز‌ما‌وی چند ه‌م‌ف‌ت‌ه‌یک به‌ چ‌ال‌ا‌کی ده‌م‌ی‌ن‌س‌وه.
بالنده ناوی‌ده‌ ک‌ز‌چ‌ه‌ری‌ده‌کان و‌کو "م‌روی" له ز‌ری‌ی بالنده‌کانی
تر ز‌ب‌ار ف‌ای‌ر‌وس‌ی نمفلونزا له ل‌م‌ش‌دا ه‌یه.

ه‌و‌ک‌اری نمفلونزای بالنده: Causative agent

ب‌ی‌ن‌ی زانستی ف‌ای‌ر‌ول‌و‌ج‌ی تر‌س‌نا‌کی نمخوشی نمفلونزای بالنده
به‌شیده‌یه‌کی س‌ره‌کی ده‌گ‌رت‌س‌وه ب‌ز چند ت‌اب‌ی‌ه‌ت م‌ن‌دی‌یه‌ک که
ت‌ن‌ها له ف‌ای‌ر‌وس‌ی نمفلونزای بالنده‌دا ه‌یه ل‌م‌ل‌ن‌ش:
یه‌ک‌ه‌م:

ف‌ای‌ر‌وس‌ی نمفلونزا به‌ گ‌شتی س‌ن ج‌و‌ری س‌ره‌کی ه‌یه‌و ه‌روه‌ها
چ‌ند ج‌و‌ر‌کی ل‌ا‌وه‌کی (Subtype) ت‌ری ل‌ن ده‌ی‌ت‌س‌وه،
به‌شیده‌یه‌ک که ج‌یا‌وا‌زی‌یه‌کی ب‌س‌ر‌ه‌ی ل‌م‌ف‌ی‌و‌ان‌ی‌ل‌دا ه‌یه
(Antigenic Variation).

د‌و‌وم:

ح‌ز‌تی نمفلونزای بالنده نمخوشی‌ده‌کی ف‌ای‌ر‌وس‌ی ت‌ول‌د‌و ت‌ی‌ژ‌ه،
خ‌ب‌ری‌ده‌کی خ‌ی‌را‌و ک‌ت‌و‌پ‌ر بلا‌ی‌ده‌ی‌ت‌س‌وه ده‌ی‌ت‌ه ه‌وی ل‌م‌ا‌و‌ی‌ر‌دی
ب‌ی‌ده‌کی ز‌ر له بالنده (له م‌ر‌ش‌ک و ق‌ل) ه‌روه‌ها له ز‌ری‌ی
ب‌ی‌ن‌ی ج‌یه‌ل‌دا ه‌یه‌و ل‌م نمخوشی‌ده‌ به‌ ی‌د‌ک‌ی‌ک له ده‌ده
س‌ر‌ش‌یک‌ه‌کان (Anthropozoonoses) د‌ا‌ه‌ن‌ر‌ت، و‌ت‌ه
س‌ر‌ش‌یک‌ه‌ نمخوشی‌ده‌که به‌شیده‌یه‌کی س‌رو‌شی ت‌رو‌شی س‌رو‌ش و ل‌ا‌و‌ل
ده‌ی‌ت.

ت‌و‌ت‌ع‌ی‌م‌کی م‌ی‌ژ‌و‌وی:

م‌ر‌ی‌ک‌ه ج‌ار له سالی (۱۸۷۸) ز له ول‌تی ل‌ی‌ت‌ا‌لیا له‌ل‌ای‌س‌ن زان‌ای
ن‌ری ج‌و‌ن‌س‌ی‌ت‌و‌ز (Perroncito) نمخوشی نمفلونزای بالنده
ب‌ی‌ده‌ ل‌م‌ک‌انی بلا‌ی‌و‌ن‌س‌وه نمخوشی‌ده‌که له پ‌ل‌س‌وه‌ی ل‌س‌ر
ت‌ه خ‌ب‌ری‌ده‌کی تر‌س‌نا‌ک ه‌ر ل‌ب‌ر ت‌م‌ش‌ن نا‌وی‌ان ل‌ی‌تا ت‌ا‌ه‌ونی
ت‌ه (Fowl plague).

• له سالی (۱۹۰۱) ز، زان‌ای‌ان (Centanni) و
(Savitsky) س‌ل‌ان‌دی‌ان که ه‌و‌ک‌اری ت‌ا‌ه‌ونی بالنده
ف‌ی‌ل‌ت‌ر‌ا‌ب‌ل‌ه‌ ا‌ج‌ن‌ت (Filterable agent (Virus

ت‌ی‌ژ‌ه (۱۹۳۰) ز ف‌ای‌ر‌وس‌ی نمفلونزای ج‌و‌ری "A" د‌ق‌ز‌ا‌ی‌س‌وه.
(Influenza virus type A)

• له سالی (۱۹۵۵) ز س‌ل‌ی‌ن‌را که ه‌و‌ک‌اری س‌ره‌کی نمخوشی
س‌ری‌ی بالنده ده‌گ‌رت‌س‌وه ب‌ز ف‌ای‌ر‌وس‌ی نمفلونزا ج‌و‌ری (A) که
خ‌ی‌ر‌ی ب‌ی‌ی ج‌و‌ر‌ه‌کانی بالنده ده‌ی‌ت‌ه له ق‌ل‌و م‌ر‌ش‌ک و ق‌از‌و
ب‌ی‌ده‌، ه‌ر ل‌ب‌ر ت‌م‌ش‌ن نا‌وی‌ان ل‌ی‌تا نمفلونزای بالنده
(Fowl Influenza).

- له سالی (۱۹۶۳) ز ب‌ز ی‌ه‌ک‌م ج‌ار ف‌ای‌ر‌وس‌ی
نمفلونزا له ق‌ل‌ دا د‌ق‌ز‌ا‌ی‌س‌وه له ب‌ا‌ک‌و‌ری م‌م‌ری‌کا



لاوه‌ای سرده‌ای که ناپیچت و بسم چالاک‌ریزش دوتریت:
(Genetic Recassortment) پسان (Genetic
(Recombination) وه له نه‌فامی لسم چالاک‌ریزشدا نریکی
(۲۵۶) دور سدر پهلوا شمش وه‌چی نوی له فایرزه‌که که
جیواز له یه‌کتری دروست دهیت.

لسم دیاردهیش زیاتر رو ددهات له‌کاتی توش بونی مرؤف سدر
جوری جیواز (جورکی تایبیت به مرؤف و جورکی تایبیت به
بالنده)، واته جورگانی فایرزی بالنده رژی سرده‌کیان هدی
لبره‌سم هینانی جوری نوی له فایرزی لسنفلونزای مرؤف
لرنگی دیاردهی (Genetic Recassortment) هرده‌که لسم
هیلکاری بی خواروده‌دا روون گراوتوره:

فایرزی مرؤف + فایرزی بالنده



رنگ‌فستنه‌وی بزم‌او‌بی

یه‌کگرته‌وی بزم‌او‌بی

تیری نوی نموشخه‌وی مرؤف

له فایرزی لسنفلونزای جوری (B)، (C) چالاک Genetic
Reassortment رونادات چونکه لسم دور جور تنه‌ها توشی
مرؤف دین و توشی بالنده و ناژل نابن.

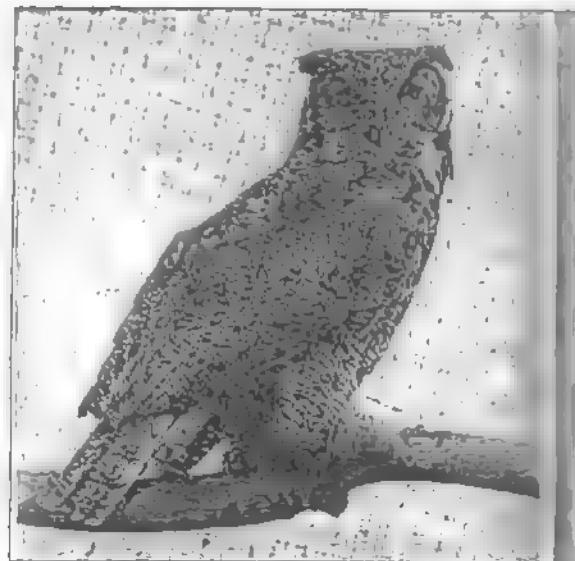
رنگ‌گانی گواستنه‌وی بلامونوهی لسنفلونزای بالنده:

یه‌کسم: لبره‌وی کچ و روی بالنده کتیره ناریه‌کان نموشی
لسنفلونزای بالنده له شونتیکوه بوشونیکی تر یان له ولاتیکوه
بوشونیکی تر ده‌گورتنوهی نموشی‌یه‌که بلو دهیتوره.

دورم: لبره‌وی فایرزی لسنفلونزای بالنده توانای هدی لسم
ناری رو‌بارو دریاچه‌کان به چالاک پینیتوره واتا لرنگی ناووه
ده‌گورتنوره.

سوم: لرنگی کولنداسی هرس (Digestive tract)
لبره‌وی پاشمزی بالنده ژماره‌کی زور فایرزی تندیه و له
لسم دهیت هژی پیس بونی نار و خوارده‌گورتنوهی
نموشی‌یه‌که.

چوارم: له رنگی کولنداسی هناسدان: (Respiratory
tract) دهرانی ژماره‌کی زور له فایرزه‌که له‌گسل نیفرازی
کولنداسی هناسدانی بالنده‌گورتنوهی نموشی‌یه‌که
لرنگی هواوه به‌شویه‌کی خیرا.



یه‌یه‌که که بسم پیکهاتی بمرگی دهروی فایرزه‌که دهیت
خیشی بسم چوکلی (HA)، (NA) دا دیت و بسم
یه‌یه‌که دوتریت: (Antigenic changes) لسم
یه‌یه‌که دور بشی سرده‌کی ده‌گرتوره:

یه‌کسم: (Antigenic Drift) لسم دیاردهیه لسنفامی
خیشی کم (تغییر جزئی) که بسم پروتینی (HA)، (NA)
دیت که ده‌کونه سر بمرگی دهروی فایرزه‌که، لسم دهیت
له نه‌فامی یازدانی بزم‌او‌بی (Mutation) رو ددهات که
حمر جیه‌کاندا دیت و لسم دهیت هژی تیکچوونی ریزبندی
تره لسنفامی‌یه‌کان (aminoacid) و له لسم دهیت هژی
خیشی پیکهاتی پروتینی چوکلی (HA)، (NA)، فایرزه‌که
له لرنگی نوی هژی پشان ددهات کولنداسی بمرگی توانای
لبره‌وی فایرزه‌کی ناییت. وه بپنی لیکولینه‌وه زانستی‌یه‌کان
له دیاردهیه زیاتر له فایرزی لسنفلونزای جوری (A) رو ددهات
له توشی مرؤف دین.

Antigenic Shift:

له دیاردهیه زور ترساناکه له دیاردهی یه‌کسم چونکه دهیت هژی
خیشی توانا پنچینه‌ی که بسم چوکلی پروتینی (HA)،
(NA) دا دیت و له لسم دهیت وه‌چیه‌کی نوی له فایرزه‌که
دیت.

حمر روشی پارچه پارچهی تره نارکی فایرزه‌که (RNA)
له هشت پاچه پیکهاتوره (کخوی لخنو‌دا رنگ خوشک‌ریکه بوش
تیکه‌ور بوزن دو‌باره یه‌کگرته‌وی جیه‌کان له‌کاتی توش بونی
حمر زنده‌ورته‌ک بمرگی لاره‌کی جیواز له فایرزی
لسنفلونزای جوری (A) و له لسم دهیت جورکی نوی (New
Strain) دروست دهیت که به هیچ شیریه‌که له دور جوری

130



سەبارەت بەقەيرانى خويىندەنەۋەسى كۆمپيوتەر لەسالى 2000دا..

نايا بۆمبى ھەزارە دەيىتتە ھۆى تىكچوونى ژيان لەسەدەى نايىندەدا؟

وەرگىرانى / سەرکەوت



حکومتدگان لهجهانی رژژاوار بشیک لمرلاته
پورسندوکان، دهستان دارتیه ههلمهتیک راساری و
راگه یاندن بز هوشیار کردنهری رای گشتی سهارهت به گهورایی
و گرنگی بامته که...

هولای بیوجان دهیئت بدرت بز چارهسورکردنی گرفتگی
هونری له کۆمپوتردا، وه لههالقی شکستی نوو چارهسهر
پنشیارکراوانه واپنشیینی دهکرت زهرهو زیانی گهره
لیکوتسهو لهبارهکانی بازوگانی جیهانی و همندی وولات
تووشی یاشهکش دهین لهتزو دسهلاتدا.

[illegible]

لەمێتو ئەرلەرتە گانی نیتو نەخشە گانی حوکومەتە گان و شارەزاگان پێنج گەرتی گرتۆتووه.. ئەرمانش (پەڕەندییە گان - وێژە - داینگەردنسی دارایی - بەرگری - گواستەنەو "بەتایبەتی جوولەئێ فێزکە گان و شەمەندەڵەرە گان").. لە گەڵ ئاراستە کردنی تێڕوانین پەرەو گەرتی تەندروستی کە گەرنگی زۆری ھەبە، مەقسەییەکی راستە قەینێ زۆر ھەبە بۆ ئاسواری تەم گەرفتە لەسەر جوولەئێ فێزکە گان بەتایبەتی لەو فێزکە خانانەئێ بەبەین ستافی مەرۆف کارە کەن، ئەمەش بەمەرجێک ھەموو شتە ناسەرە کێبە گان پشتگۆڕی جەزین تەنەت ئەرمانی بۆ ھەسانەوێ بەکار دێن وەک سیستەمی ئیدیزو یاریە ئەلکترۆنییە گان، ھەموو شتە گانی تر، وە تارادەییە کیش نیشانە گانی ھاتووچۆش بۆ جوولەئێ ئۆتۆمبیل، ئەمانەو زۆر

سید چمند سائیکہ، زور لہو کو منہ کان و گومپانیا
- یہ کان و بورصہ جہانیہ کان و ہتلی فرین و... تاد،
خیر دعو کو ہاتون، بتایستی ٹوانی لہجہانی
یتیزی پیشکو تودان، دلپراو کیندک لہو گرتیکی گورہ
- احمدی نینو ندا پیند و ترست (گرتی ہزارہ)، و
حمدنکر تروا بہ (بزمی ہزارہ) ناودہ ریت۔

تجارتی گرفتگی یان بزمی هزاره برتیه لهه ده کی
موجو له توانای پروگرام کان و سیسته کانی کومپیوتر بزم
ست بشان کړدنې سالی 2000، شمېش ده گپرتوه بزم
موجو له توانای شم جوړه پروگرامانه هر له سالی
موجو له هفتا کانونه، که لمبر هوزانی خدجی پاره کمر
تجارتی جینکا له یادی کومپیوتره کده، ده چوون بزم دانسانې
موجو له سالی 2000 دوه ژماره په کمیمان Two Digits
موجو له دوه ژماره دوه، له جیاتی لوی به چوار ژماره
Four Digits دابنرایه، شمېش لوی واتیای ده که یمنیت
موجو له سافت ویر (Soft Ware) له کومپیوتره د
موجو له پنچواتنې نیکتیتانې هیه لمر (هارد ویر -
Hard Ware)، بزم شپوه شم په کم رڼی هزاره زاینې
موجو له دوه ژماره دوه شمېش ده شمېش ده شمېش ده سالی
موجو له دوه ژماره دوه سالی 2000..

۱- تاج خوانیه بیته هژی هورسه پتهانی سیمسته گانی
۲- سیمسته پچه کرداریه گانی که لفتو همو شته
۳- تاج گانی ناو ژبانی کومه لگی سرده مددا جینگای
۴- سیمسته
۵- سیمسته نیستی داکرت سهارت بهجیدیه تی
۶- سیمسته نورو دانی (دوره بهامی کاره ساتماز) له خراپ ترین
۷- سیمسته پاشکوتی خراپ) له باشتترین حالتدا، توانای
۸- سیمسته پری زور هدیه که تهرخانگراوه به ناراستی
۹- سیمسته ناسواری تم قهرانه گوریه مددا، چونکه
۱۰- سیمسته قهرانه ده بیته هژی دواکوتنو سیستمی و
۱۱- سیمسته کاره کاندانوه نه گهر نیسته هژی وهستانی
۱۲- سیمسته سیمسته کان بز کومه لگی همرومان..

۱- گسرم و گور برده و افه سبب اوت به چو نیتی
 ۲- به شترین رنگه بز مامه له کردن له گیل ثم کیشه
 ۳- میگر اندوا، کاتیش زرد نموده بز هاتنی سالی
 ۴- حرجی چاره سرکردنی گرفتنی میژوی راست
 ۵- سروردا بز سالی ۲۰۰۰ (به گورنی کومه تیک
 ۶- ته تیکی زانیاری بز دزگی گارتری نمیریایی)
 ۷- ۶۰۰ ملبار دولا مزنده ده کرت..

مخاموش ده کمن.. وک بونامی نامیری سارد کمره کان و
نامیره کانی دروستکردنی خواردنو خواردنوه.. تاد..

ته پاوکییه کی گموری تر هیده له منوره دارایی و
له گاتییه کاندای سبارت به گرانی گرفته که له کومپانیایه
چکه کاندای لیمش ده گرتنوه بۆ نموی لیم کومپانیایه
مین توانیوه کات و توانا سرجاوه تموا داینبکمن بۆ
جیصری لیم کیشته گرانه.. له منوره زوری شاره زایان
پیشینی نموده ده کمن همدیک لیم کومپانیایه بمره روی
پستی دارایی (ایفلاس) بپنوره یان پناهنه بمره شپوره
کزه کانی جارن بۆ بپنورده کانه کانیان وک به کارهیتانی
نخمر و به کارهیتانی شپوری ژمیریاری کون.. تاد..

همو ها بۆرعه گموره کان هملی کمره نموی تاسواری
حیرمی همواری کومپوتور نموده لیمش له رنگی
له گیتانی یان له جامدانی همدی ئه کی نوتموه.. بۆ نمونه..
خو صی له منده داوای له کومپانیایه گموره کان کسروه
خسته کانیان ناشکرا بکمن سبارت به چوینمی مامه له گردن
له گم تاسواری گرتی سالی 2000، بۆرعی پارسیش
وی له کومپانیایه کانی کردی تیتاتیجییمتی کارکردنیان له گم
حیرم سهمه کان بۆ سالی 2000 ناشکرا بکمن.

هو کومتی توستالیاش نورسراوکی تاراستی لیمستیک له
کومپانیایه گموره کان گردیو تیایدا داوای داینبکردنی زانیاری
توری گردیو سبارت به چوینمی خو تاساده گردن به گرتی
2000 کومپوتوری..

همدی ولاتی تریش وک له ممریکا و ژاپون و له مانیایو..
تد له بارتکی پیشه کیدان له گم کاندای بۆ زالبون بمره
نموی لیم گرفته لیم کمرتی دارایی و کمره
پیشته کانی تره توانا به شیک له سرجاوه کان تاراستی کمرتی
حیرم تگوزاری تندرستی بکرت که گرتی هیتجگار زوری
همه له زانی کومه لکه پیشه مازییه کاندای وک همدی چاردر
تیزارشی لیکردوه لیم کمره له بارتکی ناتاسایی کت و پیری
له منده ده زی بۆ سرجاوه سهره داره کانی بۆ
له چوینمی قهرانی سالی 2000.

چونکه کمرتی تندرستی پویتی بمره شتی سهره کی
همه له وانیش لاور کاره بایه.. لیم دوو شتمش له زوری
له چه کانی جهاندای به هزی کومپوتوره بمره دهرت و دابین
له گرت، له بمره زوری نه خوشخانه کان هملی نموده ده کمن
له گرتن بمره کاره گویا بۆ پیشه کیدانی باشترین
حیرم تگوزاری و ریکسرت له کارتیکردن به له پیرانی
خو پیرتوره به تاییمی توانمی پنهاندیان به سیستمی
حیرم پزیشکییه هیده.. هر له لیمتی دهرمانه تاد

ده گاته لیمستی چارووانی نه خوشه کان و تاد سیستمه
بچو کانی نیو کومپوتور که تاییمی به کارکردن له گم
پارچه ورده له کتاتییه کان له منا نامیره پزیشکییه کان بۆ
چارویری کردنی وک میشل و نامیره کانی له خوشه بمره
نمشتگرگی و... تاد..

له لاور دهنگی بمره هیده هاواری خمرج کردنی سرجاوه
دارایی زیاتر ده کات و همو ها به کارهیتانی ژماره کی زورت
له کسانی پزیرام دانر و پسوزان له باری کومپوتوردا بۆ
چاره سهرکردنی قهرانی 2000..

خه لکیکی کم هست به بونی گرتیکی راسته قینه ده کمن
نمیش کمریتییه له کیمی نمو کسه لیتاتوانمی بمره
ته کیکی زانیاری کومپوتور، همو ها به بونی کانی تموا
بۆ مشق پیکردنی گموره ترین و زیاترین ژماره بکرت لیم
بواردای، جیگای به تالی زور هیده لیم کاره داو پویتییه کی
هیتجگار زوریش هیده بۆ داینبکردنی (ته کیکی زانیاری).. بۆ
نمونه..

له سالی 1997 و به منهای له بمریتانیا 50 هزار جیگای
به تال همو به له باری کاری (ته کیکی زانیاری) دا، و له لیم
ژماره بیش زیاتر جیگای به تال همو به و له ممان بواردای له
له مانیایو فهرنسا.. تمانت له ممریکا و به گرتی راپورتی
(فاینشال تایمز) که هاتوه، 250 تا 300 هزار جیگای
کاری به تال هیده بۆ لیتاتوره کانی باری کانه لژیاری زانیاری.
بۆ مپی کومپوتوری هزاره سیستمه کانی گرتیکی
گموره یان بۆ جیهان و دهری بمری خو لماندوه دروستکردوه،
واشادیاره که لیم گرفته قولتر به نیسبت جیهانی رزورتاوا و
ولاته پهره مندوه کانه له باشوری رزوه لاتی تاسیا وک
ژاپون و کوریا، چونکه له شونانه کومپوتور سیستمه کانی
بونده به شیک گرتی و دانسراو له همو جووله کان
له چالاکي کومه لکه که یان.. گرانیسه پیشینی قه باری
پاشه کمره کانی لیم گرفته گرانه بکرت..

چونکه له کاتیکدا مرزف خمرکی تمارکردنی ساتیکی
میژوی ده پت بۆ مالتاوی لیمده بیست و هزاره زانی
دووم، همناسی نیو ده می ۱۹۹۹/۱۲/۲۱ به خاوی ده گرت
بۆ نموی له لایه کی تره تیکچونه کانی روتی زانی سهردهم
به دیکات.

پرسیار و هلام

پرسیاری یه کمه/ گرتی یان بۆ مپی هزاره.. چیه؟
هلام/ بۆ مپی هزاره بریتییه له گوزارشتیک له گرتی
گوزرانی میژوی سده، به هزی نموی زوری پزیرامه کانی

نیو ئامیترەکانی کۆمپیوتەر دووژمارە بەکار دەهێتن بۆ دانانی مێژووی سالی، بۆ نمونە.. دانانی مێژووی سالی 1999 بەشێوی 99 دانراوە یان 1998 بە 98 دانراوە.. تاد.. وە ئەم سیستەم بەهاتنی یەکەم رۆژی سەدەی 21 بەمانا سالی 2000 تێگەچێت گاتێک جۆرە شپزەیی و شلواندن روودەات لەخۆتێندەوێ یەکەم دوو سفر لەمێژووی نوێدا لەناو کۆمپیوتەرەکاندا، ئەو کاتیش بەمانای سالی 1900 لێتێدەگات ئەک سالی 2000..

پرسیاری دووەم/ ئایا گرتە هونەرییەکە.. لەسۆفت وێژدایە یان هاردوێژ.. یان هەردووکیان؟
وڵام/ گرتی هونەری لەسۆفت وێژدایە هەروەها لە هاردوێژدا وەک زووتر باسمان لێوە کردووە.. وە سیستەمی کارکردنی Hard Operating System Disk یان ئەوی پێدەوترت (bios) بریتیە لەکۆمەڵە یادو ئامێری هاردوێژ وەک نمونە ROM و RAM کەپێوستن بۆ سیستەمی دانان و هەستیارن لەکاردا بۆ مێژووی سالی، دواتریش سەدان ملیۆن پارچەیی زۆری ئەلکترۆنی (Sichips) ھەیە لەئێوە پێوە کرداریە جۆراوجۆرەکان کە ئەمانیش کارلێکدەکەن لەگەڵ سۆفت وێژی هەستیاردا بۆ مێژووی سالی.

پرسیاری سێیەم/ ئایا گرتە مێژووەکە دابەزێت، وە بەهەر رێگەیەک بێت؟

وڵام/ پێژگراوەکانی نیو کۆمپیوتەر مێژوو بەکار دەهێتن بۆ مەبەستی ژمارەنی مووچەیی مانگانە پارە دانیادکردن لەسەر ژبانی و ھەقارو دابینکردنی کۆمەڵایەتی و تۆمارکردنی نەخۆشخانەکان و گەنجینەکانی خواردەمانی.. تاد.. لێژەدا وە لەکۆتایی ئەم ھەزارەیدا، زۆر لەبازارە گەورەکان تووشی گرتی رەتکردنەوێ کەلەپەلەکانیان و شتە کەکانیان بێنەو بەھۆی بێسەرچوونی مێژوو کەبێو، ھەروەھا کارگەکان تووشی وەستان دەبن چونکە نیشانی تۆمارکردن دەردەکەوێت سەبارەت بەوێ کە دەبێت ئامیترەکانی نیو کارگە کە بەگۆڕەوتن و چاکبکریت چونکە وا دەردەکەوێت کەدیان سالی بێسەر کارەکیدارێشتووە، ھەرسەھێتانی بورسەکان لە کاریاندا دواتریش دابیتەکردنی دەزگە داراییەکان و ھووکومەتیەکان بپارو چەندین گرتی زۆریتر..

پرسیاری چوارەم/ ئایا چارەسەر بۆ ئەم گرتە گرانە ھەیە؟

وڵام/ چارەسەری یەکەم.. بریتیە لەبەکارھێنانی سیستەمی پێژگراسی کۆمپیوتەری بۆ خۆتێندەوێ چوار ژمارە (Four Digits) بۆ دانانی مێژووی سالی..

چارەسەری دووەم.. بەکارھێنانی سیستەمی ویندۆ بەزیادکردنی (100 سالی)، بەشیوەیک ئەگەر وێستان ویندۆ بەکارھێنێ.. بۆ نمونە 40 بە سالی 1940 دەخوێتێو، ئەگەر 100 سالی بۆ زیادبکەین، ئەوکات بە 2040 دەخوێتێو..

کۆمپانیای مایکروسۆفت ھەوتی پەرەسەندنی ویندۆ 98 ی داوێ بۆ چارەسەرکردنی ئەم گرتە کە لەھاوینی سالی 1998 دا کەوتە بازار.

پرسیاری پێنجەم/ بۆچی چارەسەری گرتە هونەرییەکە گرانە؟

وڵام/ گرتە کە گران نییە لەوێ تەکنیکی یان هونەرییە بەلام لێژەدا وە لەھەندێک کۆمپانیای گەورەدا کەبەسەدان پێژگراسی گەورە بەکار دەهێنێت ھەر پێژگراسیک ئەم پێژگراسانە بە ملیارەھا ھەنگاوی پێژگراسی تێدایە ھەمووشی شفرەیی تاییستی خۆی ھەیە، بەم شێوەیەش ئەگەر ھەفتە کە بەو ھوام کاریکەن بۆ چاککردنی ئەم گرتە ئەوا فریانا کەون چونکە کاتی تەواو بەدەستووە نەماو.. دواتریش ئەگەر ئەم پێژگراسانەش چاکبکریت شتێکی تریش ھەیە داوی چاککردنی کۆدەکانی (شفرەکانی) ھەنگاوەکانی بەرنامەکان نەوێش دەبێت تاقیبکریتمو دواتر بریاری پەسەندانی لەسەر کارە کەمی بەدەن.

بەلام گرتە گرتە شت ئەم گرتەدا ئەوێ ئەگەر چارەسەری گرتی مێژوو کە لەیەک سیستەمدا یان یەک کۆمپیوتەردا بکریت لەوانە یە تووشی گرتی ئەوێن لە کۆمپیوتەریکی تردا یان سیستەمیکی تری کۆمپیوتەر کەبە یە کەو بەستراو بەھۆی تۆزێکەو ئەتە کەنە لۆژیای سەردەدا ھەمان گرتە دووبارە بێتێو یان تێکچوون دروست بێت ..

پرسیاری شەشەم/ بۆچی گرتە کە زووتر چارەسەر نەکراو؟

وڵام/ بە کورتی بەھۆی گەمی گورجی و لەخۆبوردی لە زۆریی کارگەران لەواری کۆمپیوتەردا لەھەشتاکاندا، دواتر پشترگۆی خستنی ئەم گرتە لەبەر ئەوێ وایان ھەستە کرد گرتە کە بچووکو چارەسەریشی ناسانە، لەکۆتاییدا زەبەلاحی و زۆری ئەو بودجە داراییی پێوستە بۆ چارەسەری ئەم گرتە هونەرییە..

خه ملاندنی ته مه نسی به رد،

به هوای توخمه

تیشکاوه ره کانه وه.

و: دانا م.

نو ناکانمی که لموانه به بهرشیونوهی تیشکاوهی بکمون، همیشه نه گمری دیاریکراوان هیده بقی شیونوه له مارویه کی دیاریکراودا. کواته دهوانرست، بقی دهستانیکردنی تممنی بفرده کان و رووداوه جیولوجیه کان، بهمراوی پشت به تایبتهکاری شیونوهی تیشکاوهی (خاصیة التحلل الاشعاعي) بیسترت، نهک بشیویه کی ریژوی، هر وهک لمریکا کوندهکانی جیولوجی دا جی به جی ده کرا نیوهی تممن (Half life) ی هارتای تیشکاوه (Radiosotope)، برتیه له کاتی پیوست بقی شیونوهی نیوهی بری هارتا تیشکاوه بهمراوه که. بقی رونکردنوهی نه به بریگایه کی ساکارای داده نین. که نیوهی تممنی به کینک له هارتا تیشکاوه ره کان، برتیه له دوو ساعات و نیمش تمنا (۱۰۰ گم) مان لسی هیده، واته پاش دوو ساعات (۵۰ گم) ی شی دهینتوه و تمنا (۵۰ گم) ی وهک ماده بنه رته که دهینتوه، به لام نه گم بقی ساعات بهجن هیلرا. نوآ تمنا (۲۵ گم) ی وهک ماده بنه رته شی لبوه که دهینتوه و پاش (۶) ساعات تمنا (۱۲۵) ی لسی دهینتوهی نایم جوره.

نم ونهیدی خواروه شی یونوهی توخی پوتاسیوم K^{40} بقی نارگون A^{40} بشیوه Election Capture نیشان دوات، له گم لوهی که زانراوه نیوهی تممنی پوتاسیوم 1.3×10^9 سالت (واته نریکی ۱۳ بلیون سالت).

گمردیلی هر توختیک له سروشتا، همان ژمارهی پروتین سرکه کهیدا هیده، که به "گمردیله ژماره" ناوده برت. به لام سرج نیه ژمارهی نیوترونه کانی همان توخم یه کسان بن. جیمونه:

- یکی کلور ۱۷ پروتونی تیدایه، که چی (۳/۴) ی کلور له سرشتا ۱۸ نیوترونی تیدایه، له کاتیکدا (۱/۴) ه کی بکمی ۲۰ نیوترونی تیدایه، به پی نیو یه پیکهاتوی ناوکی له گم یه کدا جیواوزن، نم جیواوزیش پیی دهوترت هرتکان (النظائر - isotopes)،

هرتکان، بارسته ژماره یان دهاسرت: بهوی که برتیه به کوی پروتونه کان و نیوترونه کانی ناو ناوکی توختیکی بیکراو: لمبرنوه هارتای کلور که له ناوکه کهیدا ۱۷ بیژن + ۱۸ نیوترون هیده، پیی دهوترت CL^{35} .

هتدیک هارتا لمبرنوه، جیگه نیه، لمبرنوه تیرونوهی کی تیشکاوهی بهسودا دیت و دهیتته توختیک که بتر له خوی جیگه ییت.

مترانین نم گزوانه، به چوار جوری بلاو دهستان بکمین:

- تیشکی لهفا Alpha
- تیشکی بیتا Beta
- تیشکی گاما Gamma
- Electron Captures



کاربونی تیشکاروریش له کارلینکی تیشکی گسردونی له گمل نایتزجین پمیداده بیت.

واته دوانزکسیلی کاربۆن له ههوا دا رژیویه کی کم لهم جوړه کاربۆنه تیشکاروریش تیدایه، بهشیویه کی دیکه بلتین، روهلو گیانهور، رژیویه کی کم له کاربۆنی تیشکارور (C14) و بهرهمه جینگیره کی (C12) تیدایه. له کاتی مردنی هم زیندوهره دا کاربۆنی تیشکارور دهست ده کات بهشیوونه و ده بیت به (C12).

کهواته پتوانی رژیوی نیوان C14 و C12 له پاشاوهی هم زیندوهرانه دا و به بهرورد کردنیان له گمل هم رژیوانی له زیندوهره زیندوهره کاندایه. دهتوانی میژوی زهمنی مردنی هم زیندوهرانه بهملیتین.

نمونه: تمعنی پارچه تهختهیه کی کۆن چهند، له گهر زانیت رژیوی کاربۆنی تیشکارور C14 تیایدا به کسانه به ۱/۴ ی بره کی له درهختیکی زیندوهره؟

وه لا م:

$$1/2 \times 1/2 = 1/4$$

$$2 \times \text{نیوی تمعنی}$$

$$2 \times ۵۶۰۰$$

$$= ۱۱۲۰۰ \text{ سال تمعنی نو پارچه تهخته کۆنه.}$$

کهواته دهتوانی بلتین رژیوی نیوان ناوکی هاوتا تیشکارور دایکه که (ناجینگیره که) و ناوکی هاوتا بهرهم هساتوه (جینگیره که) له نمونه کدا تمعنی نمونه که دره خات. ههرچنده رژیوی هاوتا بهرهم هاتو که له شیبوونهی دا گهوره تر بیت. نو تمعنی نمونه که کۆنره. هم خشتهیهی خواروهر، نو هاوتا تیشکارورانه روون ده کاتوهر که له بهر ده ناگره کان و گۆراوه کاندایه هم و بق خهملاندنی تمعنیان پشتیان پی دهسترتیت

تیشکاروری (ایلد)	هاوتی تیشکاروری جینگیره	یهری تمعنی
۴۰ پرتلیوم	۴۰ نوکۆن	1.3×10^9 سال
۸۷ ریدیم	۸۷ سقالتیوم	47×10^9 سال
۲۷۵ یوداتیوم	۲۰۷ قهرهه	0.7×10^9 سال
۲۷۸ یوداتیوم	۲۰۶ قهرهه	4.5×10^9 سال

ههروه کاربۆن ۱۴ (C14) ی تیشکارور، تیشکه کانی به جوړی بیتا ده نیرت و ده گۆرت بق کاربۆن ۱۲ (C12) نیوی تمعنی (۵۶۰۰ ساله).

مايکرو فيلم

ناميرى ويٽنه گرتن

و: ميران

هينرايه كايهوه ، نيم ناميره ده توانيٽ ليو بى ريكى زور بچور كدا ، جيگاي چنده هابرك ، كتيب و گوفار و رڙنامه بكتامو هر كاتيك مرڙ پيويستى بهمه لاپره يه ك ليو كتيب و گوفارو رڙنامه بوو ، لهماوي خو له كيك كمتر دا ، بهگوره كراوى لى سر شاهه پيك بوى نيشان دهات ، ونيستا ، ده توانيٽ چنده نوسخه شى بوست ، بيداموه دستى به چاپ كراوى .

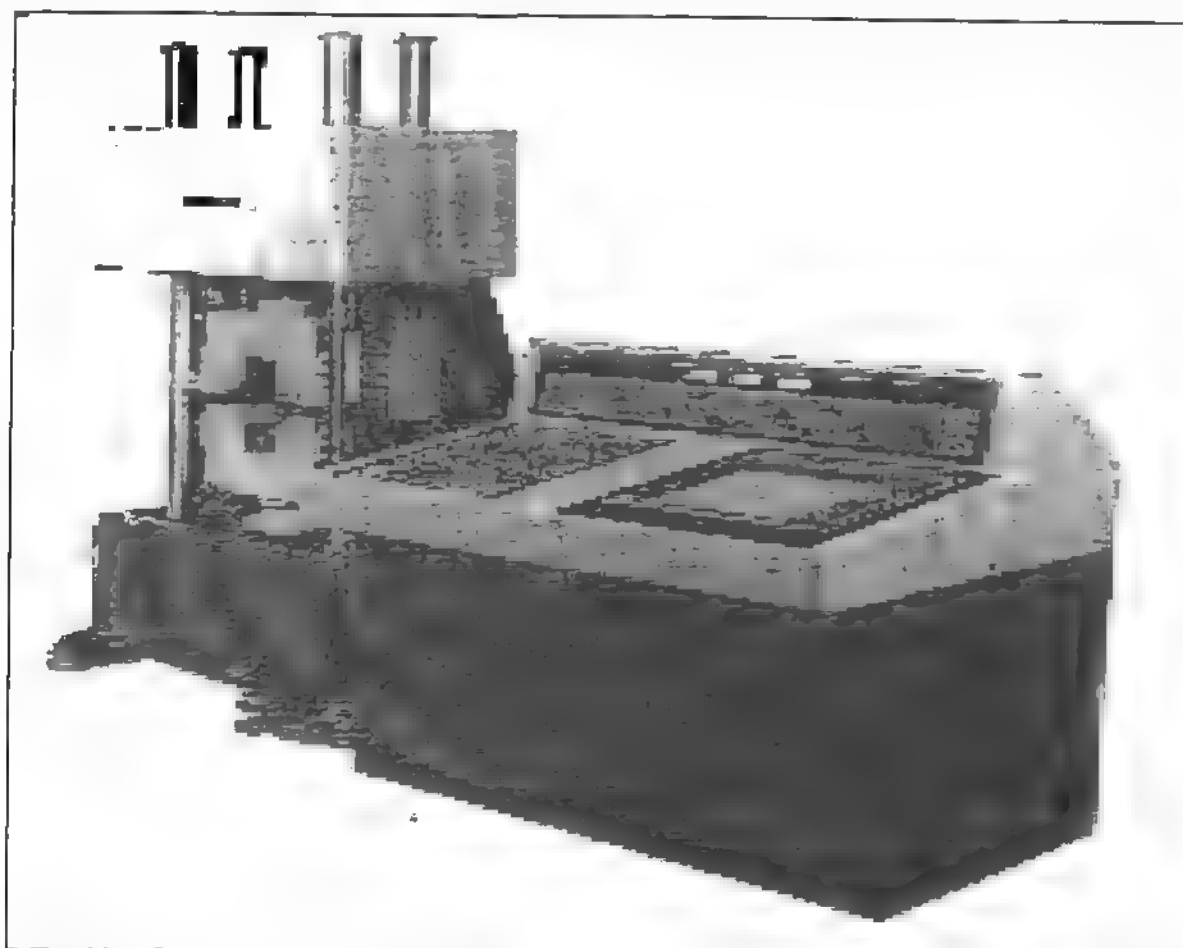
لو توڙينوانى لى زانكوى بيل لى سر مايكرو فيلم ته بام دراه ، تيادا هاتوه كه له سالى ۲۰۶۰ دا لو زانكويه ده پيټه خاوهى ۲۰۰ مليون برك و كتيب ، و نهگور نيم كتيبانه لى سر رهمى نار كتيبخانه دابنرت ، پيويستى به ۶ هزار ميل رله هديه بوئوى جيگاي بكتامو ، بزيه بى لى سر كرايوه كههر له نيستاره ، همو كتيب و گوفاره كاني ته و زانكويه بركته ناو مايكرو فيلموه ، له شسته كندا ، تانرا كوميوتو به مايكرو فيلم وه بيه سرت ، و له ريكاي پروگراميكى تايه تيموه تانرا همو زانبارى ناو لى سر مايكرو فيلمانه بگوررتيموه بوناو كومپيو سركان . لى سالى ۱۹۷۵ يشدا تانرا رڙي بچو كورنوه بركته ۲۰۰ جار ، و ناميره نوځه كاني نيتاي مايكرو فيلم زور زور لى سر توانايان زياتره .

نم ناميره له بنه راتدا له كومه له ناميريكى وټنه گرتن پيكتاتور كه له توانايان هديه ، وټنه كان زور بچو بكتامو ، بيان خاڅه سر فيلم و له ناويدا ناميرى شتنوى لى سر قيلمانيش هديه ، هروها ناميرى چاپكردنى لى سر قيلمانيه شيان پيوهيه ،

به كيك له كيشه هروكي به گوره كاني لى سر كوتوشى سرتيټى بوو ، كيشى هركرتى ژماره يه كى زور ناميرى به و گوفارو و كيو مينتى جياجيايه ، كه نمانه جكه حرج پاتايه كى گوره له فرمانيكو كتيبخانه كندا ده گرن . لى سر رڙي رولس زيات بووندا و دايلى ديت شويى مسكرتيان به با شى دست ناگويټ ، سروراي ته مانمش . لى سر بديا ياندا ، بوږ زينهوى ژماره يه كيان ، به كيكه لى سر سركه كان كدو چاري بركرسانى لى سر فرمانيكو و خيخانه بوو ، نمانه جكه له كيشى لى سر چورن ، وون . لى سر كه نوانهيه وټنه يان له بچ شوييكى ديكه دست نه كه لى سر پانوانهيه له بامى كويياند ، بركووت بڼ و هډل بوو . لى سر بوش رڙشنيوى ، سامانيكى پريايه خى له كيس جيت .

لوه هر لى سر بى لى سر كراوه تيموه ، چوږ مرڙايه لى سر لى سر گوره يه رڙگاري بڼ و چوږ به ناساني بترانرت سرچا . لى سر كيو مينته كان سدر بركته وه ، پيويست به هيل كى لى سر گران نه كات .

لى سر ۱۸۳۹ دا ، زاناي لينگليزى چوږ بنيامين رانر ، لى سر نياقي كورنوه كدا ، وټنه پيك بونريكي ۱۶۰ جار جوب بكتامو ، له پاشتردا زانايانى دى كاريان لى سر نيم بڼ . لى سر وږ ژ بږوږ زانستى بچو ك كورنوه وټنه لى سر بوږ . لى سر لى سر كندا گليټك ناميرى وټنه گرتنى خولاو بو . لى سر زور داهات . و له كوتايى سيه كان و سره تاي سركنا به كمين ناميرى مايكرو فيلم (microfilm)



پیدوئندی بفر کتیبخانانوه دهگمن گمه یانه و فیلمه کی بفر
پیدا دهگمن هر له رنگای پوئستوه، یا پوئستی نه لکترانیوه.
یاسای هه لگرتیش و دۆزینوهی هه موئسو دوکیومینت
و کتیب و پوئنامه و گوئارانه لیسور و نیازی به کار هینانی
پورله (شفره code) که ژمارهی تایبستی ده درت
به هر یه که یان، و ژمارهی فیلمه کش تو مارده کرت و
له پوئگرامی کو میوئریده هه لده گیت، و له هر داواکاری کدا
که مئر له خوله کینکی پند و چیت، و ده خرته به مردم خوئسرو
تۆزروه که.

کیتشی گمروی یتیمه لعمدايه، تا یتستا خورتی کوردو
بهر بری و فرمانبرانی کتیبخانمو فرمانگه کافان، نم
نامتیه پر بایه خانه ندیوه، و گاریان پی ندر کدوه، له کاتیکدا وا
ده جهنه سرده می (۲۰۰۰) ده.

نیستاکانی نهوه هاتوه، که دهزگا بهرپرسه گانی رۆشنییری و کتبیخانه کان و فرمانگه کان و به لنگنامه پارێزده کان و زانکۆکانمان ههولی کرین و پهیدا کردنی ئهم ئامیتره به دهان، رۆژنامه گرۆشاره به لنگنامه گامان له زهرد بوون و ههلهترین و لئاوچون رزگاریکین و به یهخته بهردهم توژ بهرپرسه گامان.

سره رای نامیری هه لگرتیان له جانتای تایمیتی ، دور
نامیری دیکه شی پتوه یه بز فیشی بچوک بچوک ، هه
فیلمیک لهقه باری ۱۶ ملم به درژی ۱۰۰ پی ، له نیوان
۲۵۰۰ - ۳۰۰۰ دوکیژ میتتی قیباری فولسکاب ده گرت و
فیلمی ۳۵ ملم ، ده توانیت ۵۰۰ - ۶۰۰ دوکیژ میتتی دهبل
فولسکاب بگری ، کهمه ش ۹۸٪ ی نو پانتایانه
لووتش داگریان کردبون که ده بته وه .

نه میژ له جیهاندا ، جگه له پژنامه و گوزارو کتیب ،
هموو دوکیومینته کانی میژو ، توواره کانی خانوو به ره و
تاپزو سیر چاره به که لکه کان بزو ناسیره هه‌لده گیرین بق
ونه له کتیبخانه گشتی به گوره کاندا .

ھەممۇ سەرچاۋىدەك گەخوئىنىر وتۆزۈرۈپ پىتۇرىستان پىتى
يىت لىماۋىدەكى زۆرگىمدا دەرختە بىردەميان ونەگىر
رېستىشيان بۆيان چاپ دەگىن لەگىل خوياندە يېيىن نەك ھىر
ئىمە بەلكو ئەگىر غۇشيان نەيان يىت ، داۋاي لىندەگىن
يەك دور رۆژى دېكە سىريان بدەنسە ، سەر ماۋىدە خويان

کارى تيشکه ناووکسيه کان

له سهر مروّف

و: نه وروژ حسين



مرزۇق ھەر لەپەيدابوونىمۇ لەسەر زوى، وا لەبەرەم كارىگىرى تېشكە ئاۋوگىيە سۈشتەكان، بەلەم كارىگىرىيەكى خراپى واى لەسەر دەرەكەتتە، لەچار توانار وزەى نەم تېشكانەدا. پاش نەمەى رۇفتكەن تېشكى X ي دۆزىمەى بېكارىل توانار چالاكىيەكانى تېشكى روون كەمە، ئىدى مرزۇق ھەستى بەزىانەكانى كەم. چۈنكە پاش نەمەى ھەندى كەس كەتتە بىر كارىگىرى نەم تېشكانە، ھەندىكىيان يەكپاست تووشى نەخۇشى بوونۇ لەوانى تىرىش پاش چەند سالىك ۋەرمەى كوشندەيان تېندا دەرەكەت.

كارىگىرىيە بايۇلۇزىيەكان:

تېشكە ئاۋوگىيەكان، دېنە مايى گۆزىنى فېزىيى ياخود گۆزان لەبۇنيادى ھەندى ماددەى، كاتى كە بىكەتە بىر كارىگىرى نەم تېشكانە. ھەندى جارىش ھەردو گۆزانەكە پىنگەمە تېندا روودەن. لەم رووۋە نەم ماددەنى زۆرتىرسن كارىان لەسەر دەيتت، ماددە نەندامىيەكان، ۋەك شانە زىندوۋەكان، كەلەوانەيە كاتى بىرەكەتتى راستموخۇيان بەتېشك، بىشكىن، يا لىك بىرازىن، ياخود بەتموۋى لەناۋىچەن. نەم بارە پى دوتى؛ كارىگىرى راستموخۇ.

ياخود لەوانەيە تواناي تېشكەكان، بېتتە مايى لەسەر خۇ كارەكتىكى درىزخاين، تا نەندازەى بىرەمەتتەنى ماددەى كېمىيەى توئ، ۋەك ئۆكسېجىن ۋە ھاپىرۇكسېلى چالاك كە كېمىيەىانە لەگەل خانەدا كارلىك دەكەن. نەم بارە پىنى دوتى، كارىگىرى ئاراستموخۇ.

جەمەرى بېچىنەى ھەردو بارەكە كارلىكى كېمىيەىيە، كە گەردىلىمى بىرەكەتتە، دوو گەردىلىمى تىرى جىاراز بىرەم دەيتت، نەمەش ماناي ۋايە كارىگىرىيە بايۇلۇزىيەكان بەمەى تېشكەمە لەبۇچىنەدا جىارازىن لەم كارىگىرىيە بايۇلۇزىيانەى بەمەى ماددەى كېمىيەى جىرازوچۇرە روودەن. جگە لەمەندى لادانى دىار نەيتت لەتتەكەتەى ماددە كېمىيەىيەكان لەم ناۋچەىيە كە كارى لىنەكەن. بىرەمەى كۆتايى نەم گۆزانە كېمىيەىيانەش نەكەتتەمە سىر نەم گەردەلانى كارىان تىكراۋە.

بۇ نەمە: گەر نەندامۇچكەيەكى ئاۋخانە، ۋەك مائۇكۆندىرا، بىشكىت، نەم نەم بارە تەنبا كارى لەسەر نەندامۇچكەكە خۇبەتى. جا لەبۇرەوونى ژمارەيەكى زۆرى نەندامۇچكە لەناۋ خانەدا، بېتتەكچوونى مائۇكۆندىرايەك، كارىگىرى ناكەتتە سىر ھەمەۋ خانەكە. خۇ نەگەر چەند جارتك نەم نەندامۇچكەكە بىرەتېشكى بېتتەى پېچى بېچى، نەم بۆى ھەيە كارلىكى كېمىيەى ئاسايى رووبەتات، بەلەم ھەندە گىرەگ نەيتت.

لەبارىكى تەدا نەگەر گەردىكى DNA ي نا ۋەكۆمە: سىم راستموخۇ تېشكى بىرەكەتتى يان ئاراستموخۇ بەمەى كارلىكە كېمىيەىيەكە لايەلاكانى ناۋ خانەمە كارى بىكەتتەمە، نەم لەوانەيە گۆزىنى زىندەىي تېندا رووبەتات، نەم گۆزانەش نەگەر لەمەش مرزۇكىي پىنگەيشتەمە رووبەتات، پىتەچىتت ھەستى پىنەكەن، چۈنكە تە ژمارەيەكى زۆر لەخانەكان ھەمەن گۆزىيان تېندا رووبەتات، ھەستى پىنەكەن.

لەلەيەكى تەمە، نەگەر تەمە خانەيكە بىكەتتە ژىر كارىگىرى زۆرى تېشكە ئاۋوگىيەكانە، نەم تواناي (پىتان)ى نەيتت، خۇ نەگەر تەمەخانەكە تەمە ۋە پىنگەيشتەمە بوو، پاشتېش بوو بەتتەكەى پىتار، نەم گۆزانەكان (ۋاتە گۆزانە زىندەىيەكان) بۇ نەمەكان دەگۆزىتتەمە. بۆىە بىرەكەتتى رۇس - gland ەكەنى زۆرىسەن بەتتەكەى ئاۋوگى، بەتتەيەتى لەكەتى پىتانەندا، زىانى خراپى لەسەر جەدەيتت.

لەوانەيە بىرەكەتتى تېشك، بېتتە مايى دابىمەوونى خىراى خانەكان، بەتتەيەكە كە كۆتەرتىل نەكەتتە بېتتە سەرتەى نەخۇشى شىرەتەمە. ھەرچەندە تا ئىشتاش ھۆى تووش بوون بەم نەخۇشىيە، بەتتەمەى نەزانراۋە، بەلەم كۆمەلەن بەلەكە كۆكرەنەمە كە ھۆىەكى نەخۇشى دەگۆزىتتەمە بۇ قايرەسىكى كارەتتەش (تەمەل ۋە سەت)، كە خۇى لەناۋ خانەدا بوونى ھەمەى زۆر لەمەى چالاك دەيتتە بەتتەيەكە لەشەيەكان، ھەلەستە بەكەردارەكانى دابىكەرتى خانە. جگە لەمەش ھەزانان ماددەى كېمىيەى تە ھەن، كەدەنە مايى نەم نەخۇشىيە، ھىچ دوورەش نەيە تېشكە ئاۋوگىيەكەنىش نەم كارەكەن. لەوانەيە خانەكان دواى تېشك بىرەكەتتىيان راستموخۇ نەخۇشىيەكەيان تېندا دەرەكەتتە، بەلەكە دواى ماۋەيكە، ھەندى جار بۇ چەند سالىكەش درىز نەيتتەمە. بۆىە نەم كەسانەى لەم تېشكەيان بىرەكەتتە، لەوانەيە نەم نەخۇشىيەيان بۇ بېتتە. بەلەم تووش بوونى كەسى بىرەكەتتە يەندە لەسەر ھەرىكە لەمەى تېشكەكە ژمارە جۆرى خانە بىرەكەتتەكانى لەش، ھەمەىا بىرە تېشكەكە نەم ماۋەيش كە خاينەدوۋەتى.

بۇ نەمە، نەم خانەنى كەتتەنەمە ناۋىۋشى رىخۇلەكانەمە، كاتىكە بىرەنە بىر تېشكى X رۇژ دىارەكراۋ ۋەكە ۋەكە، بىمە نوئ دەنەمە نەم نوئ بوونەمەش بۇ پاراستنى دىۋارى رىخۇلە باشە بەلەم نەگەر بىر تېشكەكە زۆرىمە نەم نەيتتە ھۆى پوۋكانەمەشى بوونەمە خانەكانى دىۋارى رىخۇلە. بەمەش شەمەنىيەكانى ناۋ لەش دەچەنە ناۋ رىخۇلەكانەمە پاشتېش بەكەتتە ماددە ژەراۋىيەكان لەمەخۇلەكانەمە دەچەمە ناۋ سۈرى خۇتتە كەسەكە تووشى نەخۇشى تەسناكى ۋەكەك.

چوونی زږو وشك بوونه، یان ژدهراوی جوړن، دهییت.
زیانده کاشی کاریگه ری تیشکه ناووکی یه کان دهگریځ به دوو
ولهوه:

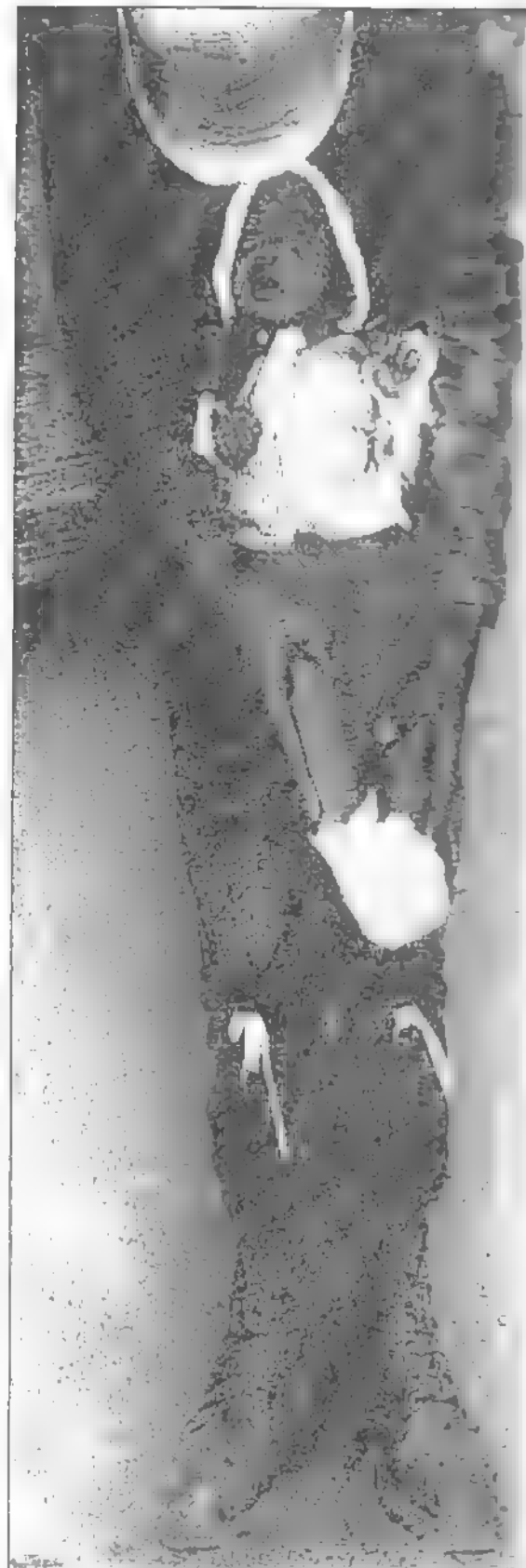
۱- نو زبانانمی بهقوی تیشکه دهره کی به کانهوه، کاتی بهرگوونی لش پریان، دهره کون. کمپنی دوتری: تیشک بهرگوونی دهره کی.

۲- توانایی بهسازی تیشکی مادده تیشکدیره کانوه روددهن، کبیمهزی همناسوه یان لرینگی دهموره دهچنه نار لشی مرزقوده. تمهه یان پی پی دوتری: تیشک بمرکوتنی ناروکی.

بۆ سالانتيكى زۆر، ھولۇ توۋاناي چېۋىپ، بۆ زانىنى كارىگىرى تېشك لىسىر لىشى مىرۇڭ، دەدۇ. بەلەم لىسىر گىران چېنەننى كۆردى نىم تاقى كۆرەنۋانە، يان راستىر بلىن، لىسىر مىھالى تاقى كۆرەنۋى ناۋا لىسىر مىرۇڭ، تا رادەي پىتۈست، نىم توۋىتىنۋانە، پىرەي نىسەندۈۋە. بۆرە ھىمىۋو زانىيارىيە كۆكرۈەكانى مىرۇڭ لىم بارەيۋە لىرىگى تىرەۋ بون، ۋەك؛ لىكۆلىنىۋى نىم كارەساتانىيە كە مىرۇڭ بەھۋى بۆردۈۋى مەتۋىيۋە توۋشى ھاتۋو لىكۆلىنىۋى كارىگىرى تېشكە ناۋوكىيەكان ۋە نەنجامەكانى ۋەك نەخۋشىيەكانى شىرەنچەي خۈن ۋە سىۋ ھىر نەندامىتىكى تىرى لىش. چەندىن لىكۆلىنىۋى توۋىتىنۋەش لىسىر نەۋانە كراۋن كە دۋاي كارەساتەكان، ۋەك نەۋى بەسىر ژاپۇن دا ھات، لىۋيان دا مابون. ھىۋوھا توۋىتىنۋى تىرى بەردۋام كراۋە بۆ زانىنى كارىگىرى تېشكەكان لىسىر گىانەۋەران ۋە بەھۋىۋە سۈۋد ۋەرگرتن بۆ زانىنى كارىگىرىيەكان لىسىر مىرۇڭ.

[illegible]

۱- شیربهد: مرژ هله‌شی تووش بوون بسم نه‌خوشی‌یی لیسره، جا له‌هر جوړنگی بیت، ئویش کاتیک بکورتته بمر تیشکه ناوکی‌یه‌کان. بۆی هه‌یه مه‌تبه‌ندگانی دروست کردنی خوړکو دروست کردنی خوړن، کاری بکورتته سهر، بلمش کسه‌که تووشی لورکیمیا (شیربهد)ی خوړن ئه‌یت. یان له‌وانه‌یه



کوتنندامی ده سار یاخود رژنسی دهره قسی یا هرچی به کی تری لمش تروش بیتت.

۲- تاریک یا لیل یوونی هارنسی چاو: نه گمر هارنسی چاو تیشکی ناووکي بریکسوئ، لهوانه به تاریک یا لیل بیتت، که پاش ماو به یک دوی برکوته که رو د هات. نم تاریک و لیل یوونه ورده رو د و لمرغ د هت پنه کات و به رو زیاده یوون د هوات.

۳- نه زکی: ژن یا پیاو نه گمر تیشکی ناووکي یان بریکسوئ، لهوانه به توشی نه زکی بین، نه گمر بری تیشکه که کم و ریک بو، نهو نه خوشی به که (کاتی) ده بیت و ماو ی نیوان سال بز دو سال ده خیمیت، به لوم نه گمر به کی زو ناریک بو، نهو نه زکی به که همیشه بی ده بیت.

۴- باز دانی بومو به: لهوانه به باز دانه بومو به ی به کان بز ماو به کی درژ دابکوئ نه گمر مرؤف بکوته بهر نم تیشکانه. زانایان پیران وایه: نه گمر رژوی تیشکه که کم بیت، نهو تیکرای رو دانی باز دانه کان دو نه ونده رو دانه کیستی لای ژن. به لوم به شوی به کی گشتی به زیاده یوونی بری تیشک رژوی باز دانه زیاده کات.

۵- داپزان و خراب بوونی شانه کان: نه مه یان ماو به یک پاش تیشک برکوته که دهره گموئ. به هوئ سر نه کوته شانه برکوته و کان له کرداری نو تکرده بوو دروست کرد نه و د، جزه کانی داپزان و خراب بوون لمشوتی جیاوازی لمش دا، دهره گموئ. که ده بیت به هوئ له کار کوته یا له ناو چوونی نه نامه که. نم نه خوشی به لهوانه به همیشه بی نه بیت.

سهرچاوه کانی تیشکه ناووکي به گان، دوان:

۱- تیشکه گمروونی به گان: که له ناسانی دهره وه دین و وزه کی زوریان هیده.

۲- پشته تیشکه دهره کان: که له سروشت دا هر له دروست بوونی زوی به لمر زوی هن.

جگه لهو دو سهرچاوه به، لم چرخمی له سومان دا، سهرچاوه سییمیش هیده. هر له دوزن بوو تیشکی X له که خاوهی لهو همدو به کارهیتانه پزیشکی به تا بهر همدیتهانی بومب نه زمی به کان و بهر همدیتهانی وزی نه زمی و سهرچاوه تری وه که له لمریونی رنکین و ژماره به کی زوری سهرچاوه تر که هیچ که ترن لهوانه ییشو، له کرداری دروست کردنی تیشکه ناووکي به گان دا.

پنکاتهی تیشکه گمروونی به گان، پش هاته ناووه یان بز نار چینی هراي گوی زوی بری به له پراوتو له کان و تموجکی نه لقا. کاتیک دینه نار چینه بهرزه کانی هراو به بر

گمرو کانی هرا ده کون، ده گورتن بز تیشکی وه گامار فیترونه کان و میز کان، نه مش نهو رژو به به که ده گاته مرؤف لمر زوی، که پزیکي که مو له گمل بهر زوونه واته له ناستی زوی زوی بهر زوینه بهر که زیاده کات. یو نمونه له دنگر کولارادو دو نه ونده به له چار شاری نیوسرک دا. همدو به به پنی هیله کانی پانی گوی زویش بهر که ده گورتن، نهو تا لمر هیل که موهی زوی، بهر که ۱۵٪ ی که موه له چار جهمسره کانی گوی زوی دا.

لمر زویش بری تیشکی گامای زمینی، به پنی دابش بونی شونی توخه تیشکه دهره کان ده گورتن: بونونه دانیشترانی گمرو کی (منهاتن) ی نیوسرک ۱۵ ملی rem تیشکی زیاتریان له دانیشترانی گمرو کی (بروکلن) ی همدان شار، بهر ده کمر له ساتیک دا. چونکه گمرو کی منهاتن نه کوته سهر بهر ده گر کانی به پر له یو زوینه کان. له سرازیل و هندستانیش لمر بوونی ناوچه فراوانی پر له توخی تیشکه دهره، خله که گانیان هر له زووه و رژوی تیشکی زمینی (گاما) ی زیاتریان بهر کوته و، که بهر که لمری له ماری ساتیک له ۲۰۰۰ rem تیده پیر.

پوتاسیوم - ۴۰، به سهرچاوه به کی سهره کی بز تیشک بهر کوته ناووه کی دهره تیت، واته له ناووهی لمش مرؤف دا، که ده گورتن بز کالیسیوم - ۴۰، پاش نهو تهنوجکه موجب ده کانی بیتای لینه دهره بیتت، یاخود له کاتانه که نه که ترن ورده گری.

نیوهی تمغنی دهره به دهره بهری ۲۸ و ۱۰^۱ سال. فره هاو تا کانی ۱۱۸ و ۰.۱٪ به. پیاریک قورسای به کی ۷۰ کگ بیت، ۱۳۰ کگ پوتاسیوم له لمشی دا هیدو لهوش ۰.۱۷۵، گم ی پنکاته و له پوتاسیوم - ۴۰، که تیشکه چلا کی به کی له لمش مرؤف دا به ۱۱ و مایکرو گوی دهره تیت.

بری تیشکی توخه قورسکان به نریکی ۶ و ملی rem دهره تیت، که پنکاته و له ناووه که دروست بوو جیاوازی که له شی بوونه یورانیم - ۲۳۸ وه پهیدا بوو یاخود له توریم - ۲۳۲ وه، گرنگترین شیان پنکاته و له رادیوم - ۲۲۶ و رادیوم - ۲۲۸ و رادون - ۲۲۲ و توریم - ۲۱۰.

سیفنه کیسای کی رادیوم - ۲۲۶ و رادیوم - ۲۲۸ له زوی هو لدانی چرونه و له ناو تیشکه له کالیسیوم ده چن. رادون - ۲۲۲ یش، نهو گازه ده گمغنی له شی بوونه ی رادون - ۲۲۶ وه له خاکوه ده بیتت ناو هواوه، له پنی همدان نهو ده بیتت نار لمشی مرؤف وه. بز به بری زوی پنکاته ی تیشکه کان، له هاو تا کانی رادون به نه که له رادون خوروه، که دهره تیت به نریکی ۳ تا ۶ و ملی rem له ساتیک دا. همدو به کارون - ۱۴ ش که تهنوجکه کانی بیتای لینه دهره بیتت و



بیتایان لیوه د دره چیت، تم تنوچکانهش به تپو و تزی ناور هواو گرده کانی هلمی ناری ناو هواوه دنوسیتن. چا نوو تنوچکه تیشکه درانهی تزی تیک گهورن لسمرزوی لسنزیک ناوچی ته قینهوه کوه دنیشنوو نوانمش که بچوکن به هلواسراوی له چینه بمرزو دوروه کانی هواوا بوماروی تا نزیکی ۵ سال ده میتیتووو پاشتر به تیپسروونی کات به هواوی دهری گزی زوی دا بلاروه بنسوه. لیژنسی وزی تنوومی جیهانی، راپورتیکی لسم بارویهوه دهرکروهوه، تیایدا هاتروه که: نه گور نوو ته قینهوه ناووکي رانه برستیترن، نوو له سروهیای گوتنه کانهوه تا سالی ۲۰۰۰. رژیته کانی زورسون به برده وامی بری ۲ ملی rem پنده گات له سالتیکدا.

۲. توانای ناووکي:

بهر فراوانی به کارهینانه کانی وزی تنوومی، بریستی خومان، بهر ووام رژی تیشکه کان، زیاد ده کات، که بهر میللتهانی هموو جیهان ده کون، نعریش تنیا بهمزی نوو تیشکه بهر لالا بووانهوه نریه که له دامسزراوه کانی وزی تنوومی یوه دهره چن، به لکو له هوریک له گانه کانی یورانیوم و پرژو کارگه تنوومی به کانهویه، نوو بری تیشکه که له سالی ۱۹۷۰ بهر گه لی نمریکی ته کوت دانراپور به ۰.۲ ملی rem، وای بده چن له سالی ۲۰۰۰ دا بگاته ۰.۲ ملی rem نعریش بهمزی بهر فراوانی به کارهینانه کانی وزی تنوومی یوه.

۴. بهرکه و قنی پيشه یی:

له نهغامی تزی نهویه کوه که لسم ۷۵۰۰ کارمندی براری تیشکی X ی پزشکی، نهغام دراپور، دهرکوت همر کارمندی بری ۲۰۰ ملی rem له سالتیک دا بهر ده کوت.

۵. سهرچاوهی تر:

هموو گهلانی هیا بری جیایای تیشکیان بهر ده کون، نعریش بهمزی ته لفریونی رنگین و نوو کاتژمیرانهی که پسته کان و میلله کانی به توخی رادیوم زاخاو کراوه، یاخوه له کاتی سلفورکون دا به فری کانی چیت Jet که تا بهرزی ۱۲۰۰ م بهر دهیتسوه، که له بهرزیای دا تیشکی گهورونی زور زیاتره لهری که له نرمایی دا یا لسم روی زمین هیه.

چا بز پترانی کاری تیشکه کان لسمر نندامه زیندوه کان، پترسته هردو کاریگری دهرکی و نارهکی، لهرچاوا بگین، که خزی نوو بری بزی هیه لهواوی کارکردنی هغه ییک دا بهیته لشی مرژموه (واته ماروی ۴۰ کاژیر) پترسته له ۰.۲ rem زیاتر نیست. بزیه دهیت پترسته به کانی خوپاراستن بز کرزکاران و کارمندیگان دابین بکرن، تا لشیان به هیج شیره ییک بری تیشکی زسادی لهری گهی نندامه کانی لشی یا لهری گهی هئاسه انوه بز نهچیت.

بهر تمهمنی به نزیکی ۵۷۳۰ سال مزونه نه کون، خو نه گور سروهته کانی وا نهوایه که بهر ووام نایترجینی تیشکه ته وونی به کانی نه مرژیایه، ده میتک بوو لئاوچووو. کاربون - ۱۴ له هموو زیندوهریک دا همریو چری به کانی به نزیکی ۷۰ ییکزکوری بز همرگرامیک له کاربونی ناسایی، داده نرن. ۱۸٪ ی قورسایی لشی مرژف هی کاربونه. لهر تهمنانه بهر تیشکه چالاکی بهی لئاو لشی مرژفیک ۷۰ کگم پدایه، به دهری بری او. مایکروکوری دایه که ده کاته بری (۱) ملی rem له سالتیکدا.

با نیستهش بیینه سهر گرتگرترین سهرچاوه ده سترکه دکان:

۱. پزشکی:

مرژف کانی دست نشان گردنی نه خوشی به کانی یا بهر مگر دنیان، له کاتی به کارهینانی تیشکه پزشکیه کان بهر بهرودی تیشک بهرکوتن دهیتسوه. بزیه هوریک له تیشکه کان و یاریده بهر کانیان و نه خوشه کانیان له کاتی به کارهینانی تم تیشکه اندها، بهر ده کون.

۲. که و ته که ناووکي به کان:

له هواوه گوتنه که ناووکي به کان نه کونه سهر زوی که له نهغامی ته قینهوه تنوومی به کانی ناور هواوا پهیدا یون، تم کهرته کانه پتکها توون له پارچی چه که کان که شفقار شفقار وین و لهری تیشکه اندها، زور چالاکن. تیشکه کانی گامو

ئايا گەرانهۋە بۇ شىرى داىك

بەدەست دىت؟!

نوسىنى: خالد محمد خال

مامۇستاي تەكنۇلۇژىي شىرەمەنى لەكۇلىژى كشتوكال/ زانكۆى سلەيمانى



بايەخى زۆرىان بىم بابىتە زىندە داۋىر گەلىك تۆتىنەمە
لىكۆلىنەمە بىنخو ھەمە جۆرىان پىتەكەش كىردە كە
لەزۆرىنەمە لايەنە ئالتۇزەكانى شىرى دايكىان كۆلىۋەتەمە
گەلىك بابىتى زانستى پىتكەچورىان روونكرەتەمە، و رالىو
لىكەنەمە باۋەپىن كراۋىان بۆ دۆزىۋەتەمە، لەگەل نەمە
كەگەلىك، لىكەنەمە زانستى لىم بارەمە كە ھىشتا
چارەپىرى ۋەلامە لىپاشىرۇدا.

پىتكەتەكانى شىرى:

رېژىو خەسەتەر رۆلىان لەكرەارى خۇراك پىتەكانى مەندالدا،
بەمبارورە لەگەل شىرى مانگادا
خەشتى ژمارە (۱) پىتكەتەرى كىمىيەرى شىرى دايك و مەندال.

پىتكەتەكان	شىرى دايكە	شىرى مانگا
ئەۋ	۸۷.۶۰	۸۷.۲۹
چەۋرى	۳.۸۰	۳.۶۶
پېۋتەن	۱.۶۲	۳.۵۰
لاكتوز (شەرى شىرى)	۷.۰۰	۴.۹۲
پاشىمەۋەرى كانزاكان	۰.۲۱	۰.۷۱

لەگەل پىتەۋىستەكانى شىرىخۇرەدا بىگۇبىت، ھەمە ھەرى
توغە كانزاكان لەشىرى مانگادا سىن ئەۋەندە نىۋى رېژەكى
لەشىرى دايكە دەپىت، دەۋانرەت تەۋەش ھەمە لىك
بەرتەۋە كەپەيكەرى نىسكى گارگۇل لەمروڭ گەۋەتە، نەۋ
سەۋەرى جىۋازى لىپىتەۋىستە خۇراكىەكانى مەروڭ و گارگۇل،
لەمە جىۋازى قەبارەيان.

نەۋى جىنگاي سەۋە نەۋە كەلاكتوز كە شەكىرى شىرى لە۷.۶۰%
شىرى دايك پىتكەھىتەتە ۋاتە بىسەۋرى ۲۸% نەۋ كالىۋىرەنى
دەپەخەتە، نەم رېژەش لىۋ رېژە زىاتەر كەشىرى مانگا
دەپەخەتە، لىۋانەپە لىكەنەمە تەمەش نەۋەپىت، كەۋەچە
مەروڭ پىۋىستى بىشەكىرى شىرى زىاتەرىتە لەشىرەۋەكانى دىكە.
لەۋىستەشدا پىتەۋىستى بۆ ۋەزە لەمە بىنچىنەپە يەكەنى كىش
بۆ لەش لەقۇناغى شىرىخۇرەدا لەمەمەۋ قۇناغەكانى دىكە
زىاتەر. ھەمە ھەمە لاكتوز شەكەرتكى دىۋانەپە
Disaccharide لەگەلگۇزۇ گالاكتوز گالاكتوز پىتكەتەۋە،
تەمە دىۋانە ۋاتە گالاكتوز كەدارىكى زۆر گەنگ جەنەجەن
دەكات كاتىك لەگەل ھەندەك چەۋرى تاپىتە دا يەكەگەرتە
بەشى ھەمە زۆرى مادە دەماخ پىتكەھىتەتە. كەۋاتە بىۋىنى
لاكتوز بىۋەپە زۆرى لەشىرى دايكە، لىۋانەپە بۆ يارمەنى
گەشەۋ پەرسەندە دەماخ پىتە.
تەمەنە شىرى دايك دەۋانەرەتە بىۋە كەۋەلەمەندە بەتەنەمە
تەمەلەپە (amylase) كەتەۋىش پەرسەۋى ھەرسە
نەپەستەپە كە لەۋە شەكەكە.

شىرى مەروڭ Human Milk لەپىتكەتەۋە خەسەتە دا
جىۋازەپەكى تەۋەرى لەگەل شىرى مانگا ھەپە، چەنكە شىرى
ئەۋ، بىرى پېۋتەنى كەمەۋە دەگەتە ۱.۶۲% لەكاتىكەدا رېژە
پېۋتەن لەشىرى مانگادا سىن چار لەۋەپە زىاتەر مەۋەپە نەم
جىۋازەپە سەۋىتە گەۋەپە، نەۋى رېژە پېۋتەنى شىرى دايك
(بارىكى سەۋىتەپە) چەنكە شىرى مانگا بۆ خۇراك پىتەكانى
گىانەۋەركە دەرەست بىۋە كەچەند چارەك قەبارەكى لەقەبارە
مەروڭ گەۋەتە، و نەۋەپە پېۋتەنى تىپەپە لىپىتەۋىستەكانى
مەندالنى سارا زىاتەر. لەمە نەم بىنچەپە، ئەگە نەمە پەردەۋام
بىن لەشىرەپىتەكانى دەستەكە بىساۋا، ئەۋا نەمە نەۋە بىنچە
بەچەۋەمان كەنەمە كۆمەتە نەۋەپەكى زەپەلاخ بىمەشەكى
بەچەكەۋە دەرەست دەكەپە. بەلام راستى لىپەكار ئارا تەسەك
نەپە. لەۋىستەپە ھەمەكە دىكتۇر (كەۋەۋە) دەپىت، لەلەشى
مەروڭدا سىستەمىكى ئالتۇز ھەپە بۆتەۋە لىم جۆرە ھەلەنە بىيان
پارەتەتە.

دەۋەن كەۋەۋە شىرى مانگا بەتەۋە بۆ شەۋەن بىساۋا، لەمە نەم
بىنچەپەپە كەبىرى پېۋتەنى كەۋە ئاۋ شىرى مانگا ۋا لىپەكەرتە



مستحق ژماره (۲) دابش کردنی نایتزجینی شیری دایک و
نیز مانگا

پنکها تو مکان	شیری دایک	شیری مانگا
کازین	۰.۶۴	۲.۷۰
لاکتا لیبومین	۰.۶۰	۰.۶۰
لاکتوگلوبولین	۰.۲۰	۰.۰۵
لاکتوفیرین	سن نمونده ریز کم لمشیری مانگادا	بهره یومی کم
NPN/ نایتزجینی ناپروتینی	۲۵	۵

ح حتمی سره دوده کوریت کورژدی کازین لمشیری ژندا
ح حره وک لمشیری مانگادا. دتوانرنت نمعه بهیه کیتک
ح حصته کانی شیری دایک داینرنت، لمبرنموری گوردی
ح حیز. کیشی گوردی گوردی نالوزده، و له گده مناله
ح حیزه کشدا کاتیک که نمعه یمن، مه یونکی رفق دروست
ح حت کتارادایک هوسی هتواشه.
ح ححن کاتدا ده یمن کورژدی لاکتانه لیبومین لمشیری دایکدا
ح حره وک و نم پرتینه بشیوه تواره لمشیرا هیده، و له کاتی
ح حیه مه یونکی نرم دروست ده کات که گده شیره خوره
ح حسنی دتوانیت هوسی بکات و به خیرایی گده ی بمقال
ح حره.

ح حمله کانی دیک شیری دایک له یه کینکها توه
ح حیزینه ناپروتینه کانی NPN له یه پرتیه کی بهر تیدایه
ح حته یتنج جار رژی له شیری مانگادا، واته ۲۵٪ یی گشت
ح ح نایتزجینی لمشیرایه، و امه زنده ده کوریت که لمو
ح حکتوانی نم سرچاوه یی نایتزجینی نمندامی
ح حه دکراریان یتکیتاوه، رژیکی تایه تیان له گمشو
ح حصندی ساوادا هیت.

ح حی لاکتوفیرین (Lactoferrin) که به پرتینی سور
ح حرت و به پرتی زور کم هیده له ده ایه که به کیتکه
ح حیزینه کانی بهرگری، چونکه به تاسنوه دهنوسیت و بهرگری
ح حنال و نالوئی نویودا ده به خشیت، چونکه بهو تاسنوه
ح حرت که به گمشو چالاکي ورده زیندوره نه خوشه خوره کان
ح حیره. Pathogenic bacteria، بهوش
ح حلاکی و کاریان بهک ده خات. دهریاری بایه خ و نرخی
ح حزاکیشی، جگه له یه کیتکه له پرتینه کانی شیره، بهتوخی

تاسنوه دهنوسیت، و بهوش ریگا بق سارا شیره خوره که خوش
ده کات بق له یه بهتواری سود له توشه و بهرگرت له کاتی
خوارده یی شیره او نه یه لیت ورده زیندوره نه خوشه خوره کان
سودی لن بهین.

له یه شولنی تیرامانه له یه که له مندالانی کزی بهرگریان
هیده، تودوشی همستداریتی به پرتینی شیری ده ستکرد دهن،
وله وانسه له یه بیتته هوی مردنیان، یا توشی همستداریتی
بهوش دهن، له کاتیکدا تم دیارده به له منالانده نیه کیشی
دایکیان ده خزن.

خشته ژماره (۳)

هری ترشه له یمنیه کان لمشیری دایک و شیری مانگادا.

توشه	شیری دایک	شیری مانگا
له یمنیه کان	ملگم/۱۰۰ گم	ملگم/۱۰۰ گم
لمشیری شل	لمشیری شل	لمشیری شل
ترشه له یمنیه به پرتینه یمنیه کان		
لیوسین	۹۵	۳۲۶
لایزولوسین	۵۶	۱۹۸
لایسین	۶۸	۲۶۰
میثیونین	۳۶	۸۲
تالین	۶۲	۲۲۰
هستین	۲۳	۸۹
فنیل تلمه نین	۴۶	۱۵۸
تریقولان	۱۷	۴۶

ترشه له یمنیه ناپرتینه یمنیه کان		
ترویونین	۴۶	۱۴۸
سپستین	۱۹	۳۰
نمرجین	۴۳	۱۱۹
تلمه نین	۳۶	۱۱۳
تاپرومین	۵۲	۱۵۸
کلاپسین	۳۶	۶۹
پروپان	۸۲	۳۱۸
سیرین	۴۳	۱۷۸
ترشه	۸۲	۲۴۹
له سپار تیک		
ترشه	۱۶۸	۶۸۷
گلوتامیک		

له خشته ییدا دوده کوریت که:

۱- زړېمې هر موزې لور تر شه نعيماني لشرې مانگدا
هډيه، لشرې دايكشيدا هن به لام بېرژې جياواز، جياوازي
لمېرې نم تر شانمدا ده گېر توه به جياوازي لمېرژې
پړو تيني شې مانگاو شې دايكدا، پړو تيني هر دود
سر جاوه كمش نرځه بابو لوژيان بوزوه.

۲- جوړو بړۍ لږ پړۍ تينۍ لشي دايگدا هيله، پديوهنۍ تبه هم پړۍ تينۍ دايگ دهضرات، جگه لږ بارانه نسيټ کمپوټين زړد کم دهخوړت، يا لږ بارانۍ که پړۍ تينۍ نرخ نرمۍ بياولوژۍ دهخوړت، واته همدارو لمرشه لمعينه نچسده گاندا.

۲- گلبولین‌های گلیکوپروتئین‌های پلاسمایی Immunoglobulin
لشیری مانگادا، شیرینی دایک جگه لوش، ۱۷٪
(لاکتوفیرین) و ۱۰٪ لایسوزایم (Lysozyme) ی
تیندایه، نم دوو پینکاتوه توانستی برگرگی دروست ده‌گمن دوی
زوری نه‌خوشه میکروب‌کاز.

۴- شیری دایک بریک لتاورین Taurine ی تیدایه گوزر زیاتره لو بری لشمی مانگادیو، یدگنگه لمرشه نمینیه برهلاکان (نازاده کان) Free amino acid FAA بریژی بعرز هن بتایبمتی لشانه کانی دماخی گوزر به لدا. نممش به لگه به لسمو نهمی گمتاورین رژی له گنشی دماخدا هدیه، له گمل نممشدا بشداره له گمل ترشه کانی زراوا، که له پیکهاتوی کیمیاوی له کولسترول ده چیت. ترش و خویبه کانی زراو، رژیکی بالا ده پین له کرداری مژینی توخه خوراکیه کان لمر بولده باریکوه، برش وایه کمیکهاتوه کانی زراو، گمتاورینان تیدایه رژیک بگیتن له کولسترول کردن، کولسترول له لشد.

۵- زرد و درگرن یا کم و درگرنی پزوتین دبیته هزی درگرونی کیشه لشیخه خوره کدا، لوره دهجیت زرد کم و درگرنی پزوتین زردتر شیخه خوره که بجاته مفرسیه لوره دهجیت کم یا هتواش گشه کردنی دهماخ له نه گوره گانی نه خوشی بن له کاتی کم و درگرنی پزوتین له ۶٪ کمتر له و زردی و دره گیریت، کمچی نم کیشه زرد کم تووشی شیخه خوری ساغ دبیته کشری دایک دهخوات نسن مانگی یه کمی ژانیدا، تمنامت له کاتانش کدایکه که بصام ناوندی بدخوراکی تووشه.

خشتی شماره (۴)

برى ئېتامېن ئىشەرى دايدىك شىي مانگادا.

(برهگان بز همر ۱۰۰ ملتر شه)

[illegible]

INC. New york.

٤- خاڭا محمد الخال والدكتور ميلان حمداي علي (١٩٨٤) ميدان تصنيف الاكلان. مطبعة جامعة الموصل، العراق.

٥- الدكتور عبدالخالق خورشيد (١٩٩٠) حليب الانسان وخطايط الرضع

كتاب مترجم من اللغة العالي، جامعة صلاح الدين، اربيل.

٦- خالد محمد الخال (١٩٨٠)

حليب الام وامهيه في تغذية الطفل

مجلة للتغذية، العدد الثاني، السنة الاولى، بغداد.

٧- الدكتور ثابت عبدالرحمن الصلح و د. محمود عبدالعزيم (١٩٨٢) و د. رعد صالح الحمداني

الحليب البشري، مطابع الرسالة، الكويت.

٥- گھن شري دايك بري تسواوي له فيتامين K تيڊايه
حتو نيت پيداو ريستيه گاني ساوا جن به جن بركات. بتايبستي
حيفه گاني به گھمي ژيانيدا، گھمي نم فيتامينه له شيرداو
نم تواناي زور خواوروني شير له معاله گدا واي كرده گھري
نم فيتاميني تيادا كم بيت.
خيه كز مه لني نميريكي بز تندرستي گشتي و پسچراني
بيكه راسپاردهي نموه ده گھن كه نم فيتامينه (واته فيتامين
K، بدريت بساواي نوتيوو. كه نمها شري دايكي ده خوات.
نومشه له زور گاني به گھمي ژيانيدا، شير به نمها بس بيت
ب سرچاوي نم فيتامينه.

٦- شري مانگا له شري دايك ده نممه نره له زور سي
قيت مينه گاندا له گھل نمو پرانمش كه له گاني كسره
ممجوره گاني گرم كرده ووني ده گات. چونكه شري مانگا
فيتامين B1، B2، B3 و ترشي پانتوتينيك و بيوتين و
تورين و فيتامين D، K، زيتره.
نم بري فيتامين (C، A، E و نياسين و نينوسيتول)
حتري دايك كه نم.

٧- گھن نموه شدا تانيسا بايسه خي نينوسيتول بوساوا
حيفه او نموه.

سرنج م. خالد خال نم وقاره ي به زماني عره بي
بز نوسيو بيوين، م. له كرم قهره داخي كردي به
كوړدي.

ز. س.

REFERENCES

- Roadhouse, C.L. and Hedersonm J.L. (1950)
The Market- Milk Industry, 1st
ed., Mc Gram Hill, Book
Company, New york
jenness, Rand Patton (1959)
Principles of Dairy chemistry
John Wiley and sons. Inc. new york
U.S.A
3-Joseph s. Fruton and sofia simmonds.
(1958)
General Biochemistry. 2 nd Ed,
John Wiley and sons,

هاتنه خواړه وهی رېژیم

نه خوښه گاني دل له

نميريكا

تورينسره گاني نم دوايسه. ددري خست كه منديني
نم خوښه گاني دل، له نميريكا، له سالاندي دوايسه
سريزي ١/٣ له ناو سپيدكاندا داپزيو، به لام نمناو
رښه گاندا زور نه گواوه، ناشكراشه نم خوښه گاني دل، له
يو لاته پيش كوتوودكاندا خوي سره گي سرده.
راسته، له نم نسي سالني دوايسه ١٥٠ ريژمي سردين
نم خوښه گاني دل له نميريكا، داپزيو، به لام نمناو
١٥٠ ريژمي ددري، نموي، هير به نم خوښه گاني دل
نميريكا.

له تورينسره گاندا كه به سرزكايه دي دكتور وايي
دوژمونه له زانگوي نورپ كارولينا له تجايل هيل كراي
نميريكا نمناو نمناو نمناو كه له ١٩٨٧ دونه ١٩٩٤
نميريكا نمناو نمناو داپزيو، دهر كوت كه ٢٨ ريژمي
سري و ٣٠ ريژمي سري نم خوښه گاني دل تيانيدا، كم
نميريكا، به خوي پيشكزي چاره نوري ته ننگي
نميريكا، به خوي نم تر زور نميريكا له كوقاري New
England Journal of Medicine دا بلاو كرايو،
ددري خست كه رښه گان وځ سپيدكان، ساتران
چاره نمري خويان دهر گن ريژمونه و خاوريكياني
زانياريكياني له ولايت گاني نموري كارولينا و
سيسي و سيسي و مارلانده كوړدويو.

بەرگوتىكى

ئەنئەنىۋىيەت ۋە ژيانى سەردەم

عزيز ئالانى

پەيۋەندى بگە بە ئەنئەنىۋىيەت ۋە ئەگەر دەتەۋىت:

- شانۇگىرىك لەكاتى غايىشكردىدا لە يەكەك لەھۆلەكانى لەندەن دا بېيىنى... لەمەرشوئىكى ئەم زەربەدات!
- تازەترىن رۇنامو گۇقارى جىهان بىخوتىتەمە، بەمە زىمانىك (جىھانى) كە دەتەۋىت!
- بىرنامەكانى كام نىزگىو تەلەفەزىۋىت دەتەۋىت!
- كاتىمىرەكە دەست بوستىنىت ۋە كاتىش بىز دواۋە بگەرتىتەمە بۇ ھەر (شوزىن) تىك كە دەتەۋىت!
- دەتەۋىت لەگەل ھەركىسىكدا بىدوئىت، پان نامىر داخوازىەكانتى پىن رابگەيەنىت.
- بىشدارى بگەيت لەمەركۆرۈ كۆبۇنەم سىمىنارىكى جىھانى دا، پان كۆيى بگىرىت بۇ تازەترىن ھىۋال.
- تەننەت بىز خوتىندەمە دەقى بابىتەكانى ئەم گۇقارەش.
- ئەگەر ھىچ كام لەمانەشىت نىۋىت ئەنئەنىۋىيەت لەخۇمەت دايە بۇ پىشكەش كەردى مۇسقىي خەم رەۋىن ۋە دىمەنە جۈانەكانى سىرۋىت...

ھەرچەندە سىرۋىت تەمىن دوتىرۇ مۇۋىش ھاۋزىانى يىت، پۇۋىك نىيە ھەمەو ئەپتىيەكەكانى ئەم سىرۋىتە لاي مۇۋى پەتۋاۋەتى زانراۋىت، بەلكى ھەردەيىت كۆمەلەن ئەپتى ۋەك مەتەلى نىزانراۋ پىتەتەمە! ئەۋەش مۇۋى كۆلۈ سىت ناكات! زانست ۋە كەنەلۇۋىا ھەمىشە گوتىتەتى ۋە دەتەۋىت: ئەۋەى داھىتارۋى ئەمەۋىيە دوتىن نىزانراۋىۋ، بەلام سىرچ نىيە ئەم داھىتارۋە رەگۈ رىشەيەكى دىرىنى ئەپتى. بۇ ئۇنە: سىرۋىتى مۇۋى دىرىن ۋەك مۇۋى ئەم سەردەمە شەيداي زانىنى ئەپتىيەكەكانى كەردۈۋىن بۇ، ھەزى كەردە پىنانسىت، تاشنايمەى لەگەل دەۋىرىدا پىتەۋىر بىكات، سىرۋىت بىز خەۋى دەستەۋىكات، بىرەقەمى ئەم دۇر جەمەسەش لەۋاك بۇۋى مىللەتەيەكى بىرەدۋام بۇ، مىللەتنى جارىكى تە بۇتەمە بە ھۆكار بۇ كەشەپىتەدەنى ھەزى زانستى، ئەۋەش لە گۇرەپانى پىادەكەردە بۇ بە زادەى ھەزاران نامىرۇ كەرسەۋ دەزگەي تەكەلۇۋى.

ئەنئەنىۋىيەش، ھەرچەندە داھىتارۋىكى ئەم سەردەمەيە، بەلام بىرەمى گولە ھەزىكى ھەزاران سالى تەمەنى مۇۋى، تەننەت ھەندىك لەپەندەكانى بۇۋى بەكارھىتەنى ئەنئەنىۋىيە دەگەرتەۋە بۇ چاخى بىردىن، ئەۋەمەى كەمۇۋ ھىمەى بەكاردەھىتە بۇ ناسىنەۋە دەستىشانكەردى (سەدۇل)، بىرچەستەكانى دەۋرەبىرى لەسنى كۆچكەى (دەۋىا - تاسمان - زەۋى) دا، ھەزىكەن لەجىھانگەرىۋى ۋە شارەزەۋىنى ژىنگەۋ دەۋىنەۋى نادىارەكان رىشەيەكى كۆنى ھەيە لە پىتەكەتەى

سىرۋىت پەردەدارە، ئەپتىيەكەكانى لەسەرىيەكەرى ھەتچەنراۋە، بەلام ھەرتەۋ پەردەدارىشە كەتچىۋ گۇۋىۋ گۇۋىۋىكى بەھىزەدات بىمۇۋى تەكۋر رازۋ پەنھانەكان بىۋىۋىتەمە،

نیست! نمتعنیت له ههمو جیهاندا ههیه بهمش ههمو جیهان له شوئاندا ههیه که نمتعنیتی لئ دهیت! بهپیری خیرایی به تازترین زانیاری تافت کراو (عزیز) به پوونترین شیوه! پتشمش دهکات!

نمتعنیت وهرچرخانیکی گهری بهسر ناراستی میژوی جیهاندا هیتا، (کات) یکی زوی بۆ خه لکی گیرایوه، گهلینک



لایینی کۆمه لایینی و نابوری چاره سرکرد، تمنامت ژبانی نم سرده ملی زوری ولاتی بوژانده، دهروازه یه کی نووی به پیری جیهاندا والا کرد، په یوه دیسه کانی نیتوان چن و توژده کانی مرۆقی له سراسری جیهاندا توندو توژ کرده، ژباوه که لتوه کانی بهیه کتری ناسانده، زمانی

لینک حالی بونی هیتایه ناراوو... هتد

مرۆقی نم سرده مرۆقی تنها یه پارچه زویه که تنها نووی بولای خۆی بزانی، تنها مرۆقی یه (کات) ی دیاری کراویش نیه، به لکو مرۆقی نم مرۆقی نیستاو دوتنی و سیه یی، مرۆقیکی نمتعنیتی بۆ سنوره له پیری (زمان + مکان) هوه!

نو گهشه کردن و په پێدانهش زیاتر به پیری دهیت، مانگه دهستکرد و ستمه تازه کانی کۆمپیوتره کاتیش پانتایی به کی باش داگیره کمن له خۆمستی نم توژیه دا، جگه له مانهش راپهوی گهشی زانست و تهکنه لوژیش له گهشه کردنی سروشتی خۆی ناکورت و سست ناییت، بۆ نمونه: داهینانی تهله فونی گیرفانی و ته بهر له مانگی نایاری نهمسالتا دروستکرا، نووش له لایین دهزگایه کی پشمازی یابانی بهوه.

نهمرۆ سراسری جیهان سمرقالن به مهبستی به نهجامگه یاندنی پرۆیه کی گونگ و هاریش له چمندین رههندی سهره کی بهوه، نووش (هولمه) یه، که له پاستیدا به (گوند کردنی جیهان) و سهره تاهیشی وه کو کۆتایی به کی وایه له (به جیهانی کردنی گوند) هوه دست پێ دهکات.

یه کهمین هۆکار بۆ به گوند کردنه که په یوهندی به خالی بهاری په یوهندی ناوخۆی مرۆقه کانه ههیه به ههمو رهگهزو زمان و چنه جیاوازه کاتیانوه، نووش بهغه به زمان و گفتوگۆی خه لکی بهوه له سراسری جیهاندا، واته: تازترین فاکتری گه یاندنی پۆسته (هنگ + هنگ) له کهمترین کات دا، نمتعنیت ده توانیت زۆر به ناسانی له کاره نهجام بدات،

چونکه به کهیه کی تابیتی ههیه که پشی دهگوتریت پۆستی نه لکتۆنی E.mail له رزگایه بشوه ملیونه کس ده توان راستوخۆ له گه ل یه کتری دا گفتوگۆ بکمن له یه کاتدا، جا له هوشو نینکی زهوی دابن، جگه لهمش توژیه کی تابیت تر ههیه به ناری Group Disscacion واتا: دایه لوگی گرپه کان، بۆنهی له رزگایه کۆمه له سهندیکار رنکخراوه کان نالوگۆی به یو بۆ چوونه کانیان بکمن.

وهرگرتن و نیشاندانی و نهم گواستنوی (پسائق) و (مستندات) سیمایه کی ژبانی هاوچرخانه یه و نابنی مرۆقی نم سرده مه لیان بی بهش ییت، نه گهر یی سورت هاوولاتیه کی ههاری زهوی ییت یان هیچ نهیت،

مرۆقیکی دوی سالی دوو هزار ییت!

له پیری بهوه که رهوتی رۆشنی و راگه یاندیش گۆرانکاری گهری بهسره هاوهر کم شت ههیه تازه ییت، دهیت مرۆقی نم سرده مه ناگاداری کاروانی رۆشنی و هونهرو راگه یاندنی جیهانه به گوند بهوه کی بییت و گوم نهیت!

به دور نازانرت و شتیکی زۆر ناسایی به که که سیک له نهمریکاره هز بکات تهماشای فیلمی شوی به نامه کانی به کینک له کفاله نهووپه به کان بکات بهی به کارهینانی سهته لایت، نمتعنیت بۆ ههر دو مهبسته که هاوکاریت دهکات و واته کانت دینیه دی، بگره توژیه کی جالجالو که یی تابیتی ههیه که کورت کراوه کی بریتیه له (WWW)

The world wideweb

به یه کی دانی پیریستی بابته و رنکخستی کتیب و نوساره کانی ناو کتیب خانه، زۆر کۆمه گهلینک شیناوه هونهری تابیتیشی ههیه، به لام جیهانی نووی جیاوازه، بگره به دور نازانرت که باشتین رۆشنی هیچ کتیبیک له ماله کهیدا نهیت، یان هر کتیبخانه به کیشی نهیت، به لکو شاشی کۆمپیوتره کی و درگه کانی به دهستی دهیتته قه لوم کتیب و تیانوس و تهله فون و تهلبوم و تهله فون و رادیو و رۆناسو صندوقی پۆست و ژووری نووشیف و ستۆدیو و رنکگرتن و دهراخانه ی ناو مال و پرسگی ههمو جیهان و هتد....

تیمہ رووہو مہریخہ بہ ریوہین

له ننگليزيه وه: شیرزاد حسنه

[illegible]

ده کړی تا نویږي زه مني کار کړدن کورت بکړتېوه.

لېواستيدا جينى خريزتى وهرس بين لو كسانى كه
نامادىن هيچ جزه مللانى و سر كيشى يك قبول پكمن،

یہ کیتک لمخونہ ہمارے گھورے کوڑے گانی سرؤف ٹوہ ہووے کہچون
بدوای جیہانیکے دیکندا بگڑی جیا لو جیہانی کہ تیایدا
نیشتمجی رہ، جیہانیک کیکیڑی جزی ملیزناہا کسی دیکسی
تیا بیتکوہ، دیارہ تستیری ٹوونہ بیش بق ٹم نیشتمجی ہوونہ

مەرىخە كەيە كىتكە ئىشورتانى
 لەھەممو ئىشورتانى بەدەۋى
 خۇردا دەخولتەۋ گۇنجاۋترە بەۋى
 كەلەھەندىك روۋو لەۋى خۇمان
 دەچىت. بەلام بەداخەۋەكتە
 ئىشورتىرەش نىرە كە تام
 بۆۋرەنگى ئىش خاكە بىدات
 كەلەسەرى دەژىن. لەراستىدا
 ھەۋا كەي خۇمانى لىتىرە،
 بىرۋەكە، بۆ پەلى گەمىش قەت
 ناچىتە سەۋۋى پەلى بەستەۋە.
 (قارپەر. سى. كىلارك) لىدوا
 كىتىدا بەجۋانى روۋى كەۋتەۋ
 كەچۈن بىۋان ئىش دۇنيا سەۋە
 ۋا لىتىكەنۋ بىگۇرپىن كەچى
 سەۋى تىا بىتەۋە بەكەلكى
 ژىان بىش، بەھەممو ئىش
 خاسەتەنى كەلەسە ئىش زەۋە
 ھەھە.. بۆ (مەرىخە) دابىن بىكە،

رہنگہ ٹیم بزمہش یہاں سدا ہی تنواری ہوئی۔

نم کتنبه بشتویه کی سدیرو برچاو نووسراوه، شینواژنکی
راپورت ناسای نه گرتوته خوی، بدلکو هر لکسر سکړنی
کوتمپوتره کی توانویمتی خاسمته گانی روپیری (میریخ)



ديالۆگى زانستى بونىيادنەرانە، لە

(۱) سیستمی فیئرکاری خۆرناوادا

محمد صابر کریم

گۆتنبوھى (تلقين) كارى لىمپىروھ دانراوكاندا - المناھى المقرء -
- تىپىرىكات بىرەش تۈانى دەرگا والاېكات لىمىردەم
خوتىندىكاراندا بىق بەشدارىكرىن لە دىالوگى زىنستى
بۇنىياتىمىردە، نەوش لە واقىعدا رتەدەات بە گەشەكرىنى
داداگاپكرىنى عەقلى و داھىنىرەنە، ئەلايان. ھەر لە ھەناۋى ئەر
سىستەمدا - واتە سىستەمى فىركارى خۇزىئاو -، ئامپىرو
تامرازگەلىنك، بۇ پىروانەكرىنى تىواوكارى - التىكامل -
خوتىندىكاران و تۈانى زانستىان، بۈۋى ھىدە و كاردەكات،
لىپروھ و بىھۋى ئەر تامپىرگەلەندۈرەنگە ئاسان دەيىت بىق
بىياكرىندۈھى ئىلىت - النخبە - ئىيان، بەشىۋىدەكى راست و
پاشانىش باشتىن خوتىندىنگەكانى شارىك يان ناۋچەدىك و
ھتە- بىق گوازىندۈھ يان راكىشانىيان بۆلاى خۇزان، دەگونە
پىتېرگىتى يەكتۇ، بىق نەوش ھەلدەست بىرازى كرىنى (تېغرا
نامىزانەيان) بە دانى (مىنھە) ى خوتىندى خۇزايى ئىيان...

پیترو میکانیزمه‌گانی نمر سیستمه زیاتر دهره دگرورت و،
رووی به‌میزو گشه کردوی زانستیانمی ناشکرا ده‌ییت، کاتیک
بهره‌وامین لیسر خوتندیسره بسدواداچویندا، به‌لگی
نوه‌ش، کاتیک خوتندکار ده‌گاته قوابعی زانک.

[illegible]

پیش‌نموی بیینه سمر دیار یگردنی نلو هژگاریو
میگانیزمانی، که به هویانوه یان لری تانوه، ده کرتت نیملی
کردیش، سرد بازگانی جوړه رتیسانسیتی ته گنیکتی
سرد می رویکین و رنیز، هژگاوانی داهاتو مانی
یدهین.

زۆر پىشپىيە، چاۋ لە پىشكەكتە تۈرتىن ئۆلگۈى (نەمۇنە) ى
رئىياسەتسى تەڭشەپ سۈرۈپ - ۋاقىت خۇزئار - بىكەين و،
بۇزائىن چۈن كۆمەتلى خۇزئار ۋاقىت پىشكەكتە و پەرەسەندە
گۈرۈ مەزەنەبان، بەدەيتەۋەر ۋاقىت ۋاقىت كۆرۈپ؟

دیاره له وهلام به پرسیارنکی ناوهادا، دهالین، لسموئ -
خوړناوا - نهمریکا ، سیستمیکي چالاکه بز پوټیکرنه
عهقدهکان هدی. که یارمستی زږي سرکوټوهکان، دهات،
ریگي خوړیان بمره پوله په کهمینه کان - The First
Classes - له کوهاندا، بېن، دیاره نوو لسمو ناستي
سیستمی فیکاری - النظام التعليمی، بم شتویه، خوړناوا
نو سیستمیان پهرېنداره، چونکه رولیکي گرنگ و
په کلاکرووی دهینت لمرهمهیناندا، کواکه لیردا نو
پرسیاره دته پیت، نایا تان و پو - المعام - گشتیه کانی نو
سیستمه کامانن؟؟؟

هه‌لاندانوهی واقعی پهره‌ماندنێ ته‌کنیک و ته‌کنه‌لۆژیای خۆنارار، ریکو راست نیشانمان ده‌دات، ئهو سیستمه‌ له خۆرێنێگا کاتوه ده‌ست پێده‌کات، رۆژی گه‌رنگ و نه‌فراندانوهی ئهو سیستمه‌ له‌وێدا به‌دی ده‌کریته‌، که‌ توانیوه‌تی شتازه‌کانی



ئەگەر بىزنىڭ كۆزى ئوخشىمىغان خەلپەلەرنى ئىشلىتىشكە،
دەگەن زىيارەت (۱) مىليون دۆلەر، كە ھەر بىر ئىشلىتىشكەن بۇ
ئادەتتىكى رېژىمىنىڭ ۋە دېھشەتلىرىنى خەلپەلەرنى. كە كۆمپانىيە
خۇش بەخۇشلىق سىزى دەت، ئىمىت دەتلىرى كە ئاستى
بايەخپىدەن ئىمى كۆمپانىيە ئادەتلىرىنى ئادەتلىرىنى
ۋەلەتە - ئىمى كۆمپانىيە - بە مەسەلە كەن خۇش
ئىشلىتىش زامانى دەتلىرى كەن چەتە؟! ھەر ھەر بەشكى
تۈر بىرنامى ئىمى چالاكىيە ئىشلىتىش ئىمى كۆمپانىيە،
بىر تەل ئىشلىتىشكەنلىك لىمىتلىرى پەرىدەن بىرنامە كە -
ۋەتە بىرنامە كەن كۆمپىيوتەر ۋە ئىنتېرنېت -، كە ئىمىنىش
خەلپەلەرنى گەمبەلەن لىمىت، ئىمىنىش ئىمىنىش بىر تەل
ئىشلىتىشكەنلىك كۆمپانىيە (سۇن - SUN)، بۇ پەرىدەن
بىرنامە كەن (گەمبەلەن)، كە پەرىدەن ۋە لىمىت ھەمىر
خۇش كەرنى جەمبەلەن، بەشلىرى كەرنى كەمبەلەن.

لاي ئىمە لىمىت بار ھەر دەتلىرى چەتە...؟!
لە ۋەلەم بە پەرىدەنلىك ۋەلەم، بۇ بايەتلىك ۋەلەم
كۆمپانىيە ئادەتلىرى ۋەلەم كۆمپانىيە كۆمپانىيە كە لىمىتلىرى
بە كۆمپانىيە ئادەتلىرى بە دۆلىتى ئىستىلى، دەتلىرى ۋەلەم
سەمبەلەن، چەتلىرى ئىشلىتىشكەنلىك ھەمبەلەن، بۇ ئىمىنىش
ئىستىلى زەمبەلەنلىك ھەمبەلەنلىك جەمبەلەن سىستېمىلىك
ئىشلىتىش لىمىتلىرى، لەلەم خۇش ھەمبەلەن بىر تەللىرى.

مەمبەلەن) يەككى خۇشلىقى خۇشلىقى ئىشلىتىش دەتلىرى،
ئەمبەلەن چەتلىرى تەمبەلەنلىك خۇشلىقى ئىشلىتىش، ئىمى
بەتلىرى ۋە ئىشلىتىشكەنلىك زەمبەلەنلىك ۋەلەم، (مەمبەلەن)
خۇشلىقى خۇشلىقى دەتلىرى، كەتلىرى ئىشلىتىش خۇشلىقى
ئىشلىتىش دەتلىرى، ۋەلەم ئىمىنىش خۇشلىقى ھەمبەلەنلىك
مەمبەلەن، بە ھەمبەلەنلىك ئادەتلىرى ۋەلەم بەتلىرى
ئىشلىتىش بەتلىرى، لەلەم ئىمىنىش كۆمپانىيە ئادەتلىرى
تەمبەلەن (خۇشلىقى) ۋەلەم بەتلىرى، لەلەم ئىشلىتىش
ھەمبەلەن بەتلىرى كەتلىرى ئادەتلىرى ۋەلەم بەتلىرى
ئىشلىتىش، كە ھەمبەلەن دەتلىرى ئىشلىتىش ھەمبەلەنلىك
سىستېمىلىك ئادەتلىرى، دەتلىرى دەتلىرى ۋەلەم بەتلىرى
دەتلىرى تەمبەلەنلىك ئىمىنىش سىستېمىلىك ۋەلەم بەتلىرى.

جەمبەلەنلىك ئادەتلىرى ئادەتلىرى، كە ئىمىنىش ھەمبەلەنلىك
تەمبەلەنلىك سەمبەلەن، بەتلىرى كە ئىمىنىش كۆمپانىيە، زەمبەلەن
ئىشلىتىش، ھەمبەلەنلىك بەتلىرى ئىشلىتىش كۆمپانىيە، كە
ھەمبەلەنلىك زەمبەلەنلىك ھەمبەلەنلىك.

بۇ ئىمىنىش كۆمپانىيە (Advanced Network & Services)
ئىشلىتىشكەنلىك سەمبەلەنلىك زەمبەلەنلىك خۇشلىقى كە
تەمبەلەنلىك ئادەتلىرى (۱۹-۲۰) سەمبەلەنلىك، بەتلىرى ۋە
مەمبەلەنلىك ئىشلىتىشكەنلىك لىمىتلىرى پەرىدەنلىك جەمبەلەنلىك
مەمبەلەنلىك (ئىنتېرنېت) ۋە.

ئەگەر چى سەرەتايىش يىتت لەلايىنى بەرنامە پىزۇگراڭەكانى خوتىندىن و گىوادىرۋانە دەرى - الكادر التدريس - و نامىرازو ھۆبەكانى رشتە جۇرۇجۇرۇكانى خوتىندىن. بىز ئۆمە - تەنھا و بىس -، ئىم نامىراز و گىرەستانى خوتىندىنى فېزىكى يان كىمىكى، گە بوونىيان لە زانكۇكاندا گەلىك پىتۇستە، بىو شىو چەندىتى و چۆنىتىمى گە لە (خۇشاوا) ھەيە، لەلاي ئىمە ھىشتا زۆرى ماوۋە گە بىو ئاستە و چۆنىتىمە يىتتە نامادەبوون و رىالىزەبوونە. بەلام دەكرىت لەپىتى گەلىك كەتالى وەك پەيوەندەكانى زانكۇكانى كوردستان و ھۆكۈمەتى ھەرىم. دەگەل زانكۇ دەزگاو سەنتەرە پەيوەندەارەكانى دەروەدا، يان لە رىگى پەيوەندى و ھاوگىارى كوردى رىكخراونىكى ئىتودەلەتى وەك (پونىكۇ) و ھاوشىوۋەكانى، كار بۇ داينىكردى ئىو پىنداوستىيانە بىكرىت، دىبارە ھەمان شىش سەبارەت بە كادىرۋانەدەرى، دىتوانىرەت چاۋ لىبىكرىت و ھەنگارى بۇ ھەلگىرەت.

رورەكى تىرى، يان فاكىرەنكى تىرى ئىو پىنشكەوتىنى خۇشاوا، ھەروەك لەبەبەتى پىش ئىم تاپتەلەدا، باسما لىوۋەكرد، بىرىتە لە ھەبوونى كۇمپانىياكانى تەكنىكى كوردى زانبارە گىوۋەكان، ئىم كۇمپانىيانە لە واقىعدا دەورەكى گىرەگ دەيىن لە بىز كوردەلەرى ئاستى خوتىندىن لە وولتەكانىيان، ئىوۋەش لە پىزاۋانىنەويان سەرچاۋە دەكرىت، بە گىرەكى ئىو دەورە لە سىركەوتى كارە داھاتوۋەكانىيان. ئىو دەورەشيان لەو (مىنە) ئىوۋە دەورەگەوتت، گە دەورەنە خوتەنگار و خوتەنگاكان و، كۆمەككردى خوتەنگاكان بە بىرەمەكانى تەكنىكردى زانبارەكان - لە كۇمپىوتەرۋە بەرنامە نامىرازەكانى تۇركارى (التشبيك).^(۱)

ئەگەرچى لاي خۇمان، لەو جۇرە كۇمپانىيانە بە ھىچ شىوۋەك بۇرنى نىو، ھىشتا گەلەك زۆرى ماوۋە بە ھالەتتىكى وەھا شادىن، وەلى ئىوۋە بە واتى تىراۋ داخراۋى دەركاكان ناپەت لەو باروۋە، بىتايىمەش گە دەكرىت سۈود لە چەند جىگىرەيەكى تىر وەرىگىرەت، بىز ئۆمە ئىستە لە شارە گىوۋەكانى ھەرىتى كوردستان، ھەلەك سەنتەرە مەلەمەندى كۇمپىوتەرى و زانستى فىزىكارى و راھىنانە، بوونىيان ھەيە، ھى تىر لە كوردەوۋەدان. لەوانەش ھەندىكىيان وەك (مەلەمەندى چالاكى خوتەنگاكان) و (بىرۋەبەرىتى سەرىرەشتى زانستى)، دامەزراۋى رەمىن - واتە سىر بە ھۆكۈمەتى ھەرىتى كوردستان - وەلى لىبەرنەوى لەمىتۋە ھەن و تەقلىدىن، بۇزەكە پىتۇستى زۆرىيان بە تۈركەندەو پەيوەندەنى سەردەميانە ھەيە، تا ئىوۋە بىگەنە ئاست و پەلەمەك لە پىنشكەوتن و پەرسەندىن، گە بتوانن چالاكانە بىشدارى

لەپىزۋە رىتسىسانس تەكنىزەكردى كۆمەللى كوردىدا، بىيىن، ھەندىكى تىرش لەو ناۋەندەنە، وەك (ناۋەندەكانى فىزىكردن و راھىنانى كۇمپىوتەرى...)، نوتىن و ھەمىۋى چەند سالىكە، لەلايىن كەوت و ئۆرگانە نارەسىيەكانەو - لەوانەش وەك رىكخراۋى سۆلىدارىتى Solidarety -، بوونىيان ھەيە ھاتوۋەتە دامەزراۋەندىن.

لەمانەش ھەرچەندە پەرسەندەوتىن لەوانى سەروە، وەلىن ھىشتا تۈرانى تەكنىكى زانستىيان سەروۋەدارە، ئىوۋە تۈرانى دارايان لەولارە بوۋەستى، لەپەرنەو رۆلېنىنى تەمەيش لە پىزۇۋى ياسىكاراۋە، زۆرى دەمىتت بىز ئاستى پىتۇست و دىيارىكارى خۇى.

لە راستىدا، سەرىارى ھەبوونى ئىو كىم و كىوۋى و ئاستەنگەندى سەروۋە، دەكرىت ئىو ناۋەندە مەلەمەندەنى سەروۋە، بە پىتۇكردى پەيوەندەكانىيان - لە بارى تەكنىك و زانستەو - دەگەل دەروەدا و لەرىگى راستەخۇ يان ناپاستەخۇ - UN و رىكخراۋە پەيوەندەارەكانى NGO -، پەرسەندىتىكى تەكنىكى بىسەر خۇياتدا بىيىن و تەكنىزەكردى ئۆرگان و پىنكەھاتوۋەكانىيان، بىگەنە بىشىكى دىنەمىكى ھەلسۈرەن و سەرتوۋەچوونىيان. دۋاى سازدانى پەرسەندىتىكى لەوچۇرە، زەمىنەك نامادەو رەخساۋ دەيىت، بىز تەنجامدان و دەستىكردى بەرنامەكانى پىزۇۋى ياسىكاراۋەمان.

واتە سازدانى، يان رىكخەستى پىشپىكە زانستەكان - ئىوانە پىشتر ھىمامان بۇ كوردن - و، بۇنەۋەش پىتۇستە خەللى مەدى گۇچاۋ و ھاندەرانەيان، بۇ داينىن.

ھەروەھا پىتۇستە و، دەكرىت مەدەو باپەكەكانى ئىو پىشپىكەتە، رەچاۋى ئاستى زانستى و خوتەندەۋارى، خوتەنگارانى - سەبارەت بە كۆمەللى كوردى -، تىادا يىتت و لىسەر ئىو بىناخو بىنەرتە، پىسارەكانىيان داينىن.

ھىر لىتەدا پىتۇستە ئىوۋەش بىيىن، گە سەبارەت بە بىرۋەچوونى پىزۇۋەگەلىكى لەو جۇرە لە كۆمەللىكى تازە خۇگرتىۋى كوردىدا، دەكرىت ئىو بەرنامانە لەرىگى دامەزراۋەندى ناۋەندىكى زانستى - تەكنىكى تىكەل، واتە پىنكەتوۋ لە باشتىن خاۋەن تۈوانا زانستى و پىسپىكە خۇى و دەرەكەكان، دەگەل نارەندە كىسايەتە رەسىيەكانى - ھۆكۈمەتى ھەرىم - يىتتە پىسادەكردن و جىنەجىكردن و كار كەندەو.

بىتايىمەش دامەزراۋەيەكى وەك - زانكۇ سلىمانى^(۲) -، گە دامەزراۋەيكى تەكادىمى خوتەندىن بالايە، دەكرىت چەند ناۋەند و مەلەمەندىكى تەكنىكى لەو جۇرە بىيىت و لىزىر سەرىرەشتىدا بىن و بىشىك لەو بىشدارىكردى پىن بىرەت، لە

Research -، لىراستىدا ئىم ناۋەندانە تىنھا ناۋەندى ھۆكۈمى و زانكۆسى ئىنە - ھۆرەك لىە زۆرىمى ۋلاتانى دامىتىدا باۋە، بەلكو لىە ھىمانكاتدا، ناۋەندى پاشكۆن بە ھىمىو كۆمپانىا گىرەكانىمى، بۇدجى ھىندىكىيان سالانە دەگاتە مىليارھا دۆلار.

نومى لىرانىش، ناۋەندەكانى تۆزىنمى (ئىنتىل و مايكروئىسوفت و IBM)، ئىم ناۋەندانە لىە راقىعدا تىنھا لىسەر پىرەپىندانى ئىم تەكنىكىيانە كارناكىن، كە قازاغى خىزىيان ھىيە، بەلكو سىردارى تۆزىنمى گەلىك دەكسە ھارۋىنە - النىاچ - داھاتىرەكان، پىرەپىندەن.

بىم شىۋىيە دەردەكسوت، بىزكەبەكى ورد لىبارى ئىم قازانغانمى نىيە، كە كۆمپانىياكە لىە پىشتمى دەستى دەكسوت، بەلكو زىاتىر باۋەپ وايد، كە ئىم رىگار مىشۋە لىە پىرەپىندانى تەكنىكى داھىتەرەكاندا، ناتوانرىت وازى لىبەپىنرىت.

با بۇ زىاتىر ئاشنابورن و تىگەپىشتن لىە رىتىسانى زانستى - تەكنىكى خۇزىاۋا، ھۆكارىكى تىرى گىزىگ لىە ھۆكارەكانى ئىم رىتىسانى، دەست نىشانىكەپىن وە كىمىك باسى لىۋە بىكەپىن، دىيارە ئىمىۋەش لىە پىرۋى رىتىسانى تەكنىكىكەكى لىە خۇماندا، رۆزۋ جىنگى گىزىگ و سۈۋى گىمۋى ھىيە. ئىم ھۆكارەش بىرىتە لىە ھىمىۋى چىند پىتودانگىك بۇ پىتوانە كىردن و تاقىكرەنمى باشى بىرەمەكان - دىيارە مەبەست لىە بىرەمە زانستى و تەكنىكىكەكانە -، ئىمىۋە كارىكى زۆر گىزىگ و پىر بايەخە، چۈنكە لىرەگەپىمى، رۈبەرى نىرخاندە - التىقدىرات - خۇدەپە باۋەكان، كىم دەكرەتەمى، لىە شۈننىان نىرخاندى باپەتپانەپى بىن كىندو كۆمىپ، دابىن دەكرەتەن و دادەنرىتە بۇ نىمۋە لىسەر ئاستى پىتوانە كىردى راپىراندن بىجىپىننىان چارگەپى - المىالجى - كان و كۆمپىۋىتە كەسپەكان، ئىم تاقىكرەنمى ھىنە كە تالىگە (ZD) يەكان (ناۋىشان WWW. Zdnet. com) پىرەپى پىتادىن و تاقىكرەنمىكانى (nortan) كە كۆمپانىياپى (سىمانتەك - ناۋىشان WWW. Symantec. Com) پىرەپى پىتادە.

ھىمىۋە لىسەر ئاستى پىشكىنى چاكى بىرنامەكان - فەپى جۈدە الېمىيات -، پىتودانگى (ISO 9001) ھىيە، كە رىكەنرەپى جىپەپى بۇ دانانى پىتوانەكان (ناۋىشانى WWW, ISO, ch) پىرەپى پىتادىمى، پىتودانگى (CMM) كە پەپىمانگى (SEI - ناۋىشانى WWW. Sei. Cmu. edu) پىرەپى پىتادە.

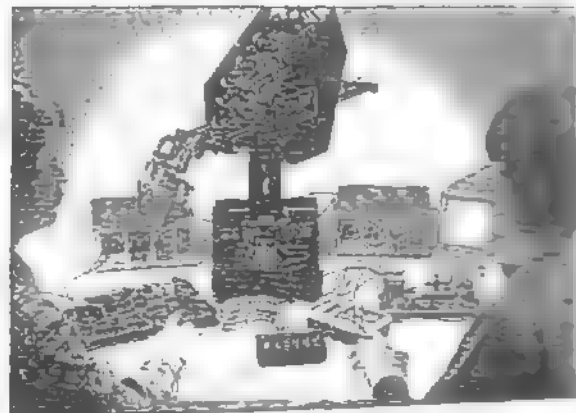
لىبارىۋە لىمى سىرنىچ راكىشە ئىۋىيە كە ئىم سىستەمە لىقپانە، لىە بۇشايدا ناسۈرۋىن و ھات و چۇ ناكىن، بەلكو سىستەمىكى گىشتى كە كارەكان چالاک دەكات، كۆپان

لىسەر تەكنىزەكەندى كۆمەلى كۆرەپىدا. يان خىزى ئىتە ئىستى كارىكى لىرەجۋە لىلەپىن دەزگاپانى خىزى يانى سىرە - UN - يان ئىم سىستەمى دەزگا - نەكەپىستپانەپى راستىمۇ خۇزىيارى پەپىۋەندىن - خىزى لىمى خۇماندا وە ھىندىكىيان وەك چەند - سى - تەمىنى - بە كىردەپە پەپىۋەندى لىمى جۋەپىان - خىزى نە چەند سالى راپىرەشدا كۆمەك و يارمەتى - نەكەپىشپان ھىنارەتە زانكۆكانى لىمى خۇمان. - سى - خىزى بىرەپىۋەچۈرى جۋىرىك لىە پەپىۋەندى و - سى - خىزى جۋەپى، پىتۋىستە، بۇ دىنابۋىنى تىراۋ لىە - سى - خىزى پىرۋەكانىيان و واقىقى ئارمىاچ و نەخشەكانىيان - سى - خىزى بىرى زانستى و تەكنىكىمى -، ئاگادارى و - سى - خىزى تىراۋى دىۋارەپى پىرەپىۋە دەزگا تاپىتەكانى - سى - خىزى، دەگىل و لىە بىرەپىۋە ھىيەت.

خىزى شىنك لىپىنناۋى گىشەپىرەپىۋەندى سىستەمە - سى - خىزى كەتە.

خىزى سىستەمى دامىزۋەپى - The Institute - نە خۇزىاۋا، لىسەر بىرەپى مىكانىزىمىك سى - خىزى دابىن كىردى بىرۋەندى كارەكانىيان. - سى - خىزى ئىمىۋەشنى كارگىرەپەكانىيان، كەسائىك تىپىدا - سى - خىزى لىبارى داراپىۋە بىشدارن لىە دامىزۋەكەدا، ئىم - سى - خىزى بىرەپى رىسالى (كىسى گونچاۋ بۇ شۈننى گونچاۋ) - سى - خىزى دىۋەمىتن و، ھىمىۋە دەۋازەكان لىبەردەم - سى - خىزى نىكفارات - دەكاتەمى بۇنمى بىگەنە ئىم جىنگى - سى - خىزى.

خىزى ئىمىۋەشدا، دەپىن گىزىگىرەپى سىستەمى كارىگىر - سى - خىزى خۇزىاۋادا، بىرىتە لىە ھىمىۋى ناۋەندەكانى - سى - خىزى رىستى - The Center's of Science



د کاتو، همدېک له پېښور او ماموستایانې شو بوارنې
خوځسار، به (دولتي دامزراوگان - The State

خوارو، بڼو سره، به پېچوانو، دایانگرتو
پراپرېانگرتو، چونکه سرگرتنې پرژو، له

واقعېدا رنگه بڼو

سرگرتنې هنگاو و

پروسه کانی زانست

- ته کنیزه گردنې

ناوند و دامزراو

رهسې و

نارېسمې به کانی تری

کڅمېلې کوردي،

تاسان و خوځ

دهکات، به کورتي،

کیرتی پینشکوتن و

گهسه گردنې

پنکهاو همېرمې

کڅمېلې کوردي،

به جوړتکه - لهباري

ننستادا به تايېمتې -



(Institution

ناروځي دهکمن.

له سیستمې

خوتندنې

کورديدا، چوځ

رتنساننېکې

تسه کنیکې

بهرپاکهين...؟

؟

پنځ شوې

وهامې

پرميارتکې شو

جوړه به پېنوه، سره تا دهيت دان بو راستېدا بڼين که بهي
پنځکوتن و به ته کنیک گردنې سیستمې فیرکاری خوتندن،

له کڅمېلې، ناکرت باس له هيچ پېش

ته کنیکې و زانستې ناستو بواره کانه

ثم راستېه لڅزیکې سبارت به کڅمېلې دوا لوتووي وهک

کڅمېلې کوردي، توارو راسته و به زيادېشوه دهچسپيت.

چونکه له کڅمېلې کورديدا، همتا ناستا سرچاو به پرتو

دينامیکه کانی ناماده گردن و پنگه يانندن و به پرتو

کس و کادر دزگا و دامزراوگانې رشته زانستو

ته کنیکه کانی توارو بش و لڅرگانه گشتي و تايېمته کانی

کڅمېلې، به ستراوتو، يان ورت بلين دهکرتو بڼو دامزراو

فیرکاری و خوتندنېه کلاسیکې کان⁽²⁾ - به تايېمتيش

نامادې و په پانگو زانکوکانی کورستان. هرېزه که،

لسمر ثم دهستلاقي نيتاي هرتمې کورستان، پتويسته،

که سره تاي هر پرژو هنگاوړک له پتواري سرخستو

به نه جام گه يانندنې نه خشو هتکارېه کانی پسرپندان و

گهسه گردن و پتخستنې زانستيانې کڅمېلې کوردي، بهو

دامزراوانه دهستېنکېن.

به واتايه کي تر، سره تا پتويسته - دزگا بنمايه کانی

پنگه يانندنې، کادري زانستې و پېښورې ته کنیکې -

به شتوېه کي ورت و دروستناميزانه، پرويسې زانست -

ته کنيزه گردنې رشته و دامزراو فیرکاری و خوتندنېه کان له

که هر دهيت له پنکوه هنگاو بڼرت، تا شو دهسې

دهکېنه ناستېک، که ناوند و سترو پتخکوتو زانستو

ته کنیکه سردهسې و چالاکه کان، دپنه دروستيوون و دانانو،

توکات دهکرت لسمر شوه دهستېنکرت و هنگاو بڼرت.

به وستان لسمر شو راستيانې سره، له پتواري رتيسانس

ته کنيزه گردنې کڅمېلې کورديدا، وهک سره تاي پرژوېه کي

له جوړه، چوونماو يان دهستگردن رتيسانس زانسته گردنې

سیستمې فیرکاری و خوتنديمان، ثم چند خالې خوارو

دهکېنه بهر ده:

۱. سیستمې خوتندنې باو و پسادې لوتو ستاي کڅمېلې

کوردي، پتويستی به گوزانکاری ريشه ي هديه، بهوې که

پتويسته له شتواري گوتنوه کاری وانه وري (تلقين الدروس)

کوهسکرو خولنخهرو، به غديري عهقلي داهيتراو و

دهبنگ خاصو، شتيکی تر دروست ناکات، پتويسته ثم

شيوزه، وهرگزينه سر شتواري دپالوگي نازادانه و نمزموونه

زانستيه کان و، هردها پتويسته له شتواري فیرکردنې

ناسوي - التعليم الالقي - که بلايوونوېه کي فراوان، بهلام

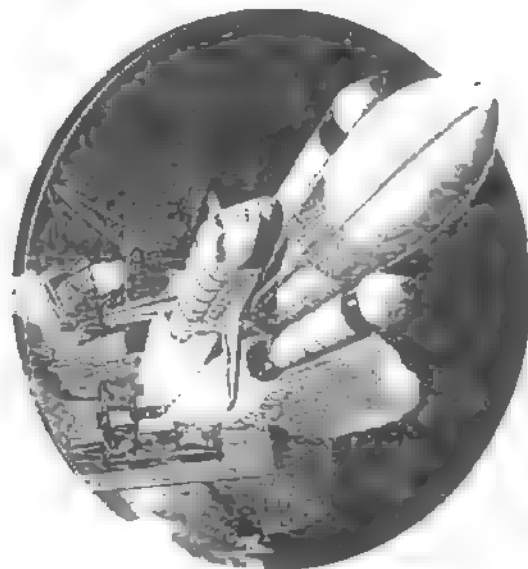
کم پتو و بې کله کي هديه، روپکېنه شتواري فیرکردنې يان.

فیرکاری ناستو نيانه - التعليم العمودي - به گوتيه کي

تر، پتويستی په پداکردنې خوتندنگه هاوتنه (النموذجي)

په کان له عهقله زيره که کان دهکرتته خو.

یترسته، دوزگا فیکرکاری و خوړندنیه حکومیه کانو،
 - مسکنی فیکرکردنی کومپیوټر - حکومې و تاییدت -
 - پینځکینه تهکنیکه کانی که خلایق بهادر و گورویان
 عید ینکېخن - وک له پشهوې تم نویسنده له چند
 می - من کردو - توش بهمبستی، ناشکراکردو
 - دختی عهقله داهینرو زیره کانی کومه تی کوردی، که
 - داسو داسو زوړه
 - دیکر کارباندها،
 - دیکر هیله و په لاس
 - دیکر نور پروژسیدش
 - که دوزینده
 - خکراکردنی عهقله
 - دیکر بلیمته کان -
 - دیکر نه پیاده کردنی
 - دیکر دوه هم
 - دیکر دیکر هیتان و
 - دیکر کردنی
 - دیکر له داسو زوړه
 - دیکر بسالتر و
 - دیکر توترا - که بڼ شو
 - دیکر هاتونمته دانان و



ناوړندیکي تهکنیکي و زانستی - تهکادیمی، دایه غزنییت و،
 شیتواری کارکردن و بهرپوه چوون و هلسواری خوی لیسر
 روونایک میترو زانیاریه تهکنیکه نویسه کان، ناراسته و گمشه
 پیدات.
 ۴. بهستنهوې تسواری بایست و ماده کانی پېژگرمای
 قوناغه کانی خوړندن، له همدو ناسته کاند به ترترین
 گوزرانکاری و پینشکوته کانی
 سیستمی جیهانی خوړندن و
 فیکرکردنی دولتته
 پینشکوته کانی.
 ثرو لیسر ناستی ماده کانی،
 یان وانه کانی وک (بیکاری -
 فیزیک و کیمیک و
 بایولوژی و...)، هرچی
 وانه کانی (میترو، جوگرافیا و
 کومه لایستی و...)،
 رنکوپوست لیزر سربوشتی
 و دانسی مهلبندیکی وک
 ثرو خالی (۳) دایترین،
 یانی لانی کم لیژنی تاییدی
 وزارتس پسرورده، یان
 خوړندنی بالا، که له کسانس زیره و خاوه توانای فیکری و
 تهکادیمی برز، له لایه وک، باور و پترووگی نه ترووی دروست،
 له لایه کی ترو، پینکهاپن، سربوشتیان بکات.

ژانده:

۱. تسواری زانیاری و باسکرده کانی تاییدت به خوړنلوی ناو لسم
 نوسینه، راستوخو له گوزاری (PC - چاپی عووی - ژماره
 ۱۰، سالی ۴ تشرینی دورهمی ۱۹۹۸) وروکارن.
۲. مېبست لسو سیستمیه که بهرپوه نامیره کانی
 (کومپیوټر ینتینت) و بهرنامه کان، چند ترپیکي تاییدت،
 بهیه کیانه، گرتدات و پیرونده کاتیان رنکده خات.
۳. همدان شت سبازت به زانکوکانی (صلاح الدین) و
 (دهوک) دهگورتیت.
۴. مېبست لوهیه که سیستم و پرزگرمای خوړندن و فیکرکردنی
 تسو داسو زوړه، تانیتاش گوزاری پتروست و سره مېیان
 بهسره نه ترو، بهرپو پینشکوته و پیرونده زانستی
 تهکنیکه کانی سرده، به لکو له واقعدها، همدان سیستمیکه،
 که پیش نیر سده دانراوه و وک خوی دهرترو.
۵. تسو سبازت به قوناغه کانی خوړندنی (ناسو و
 ناماده)، هیروها دهگورت تسو مادانه و ماده کانی تری رشته
 جوړو جوړه کانی خوړندنی (پنهانگو زانکوکان) لیسر
 بهرنامه کی وها نرین.

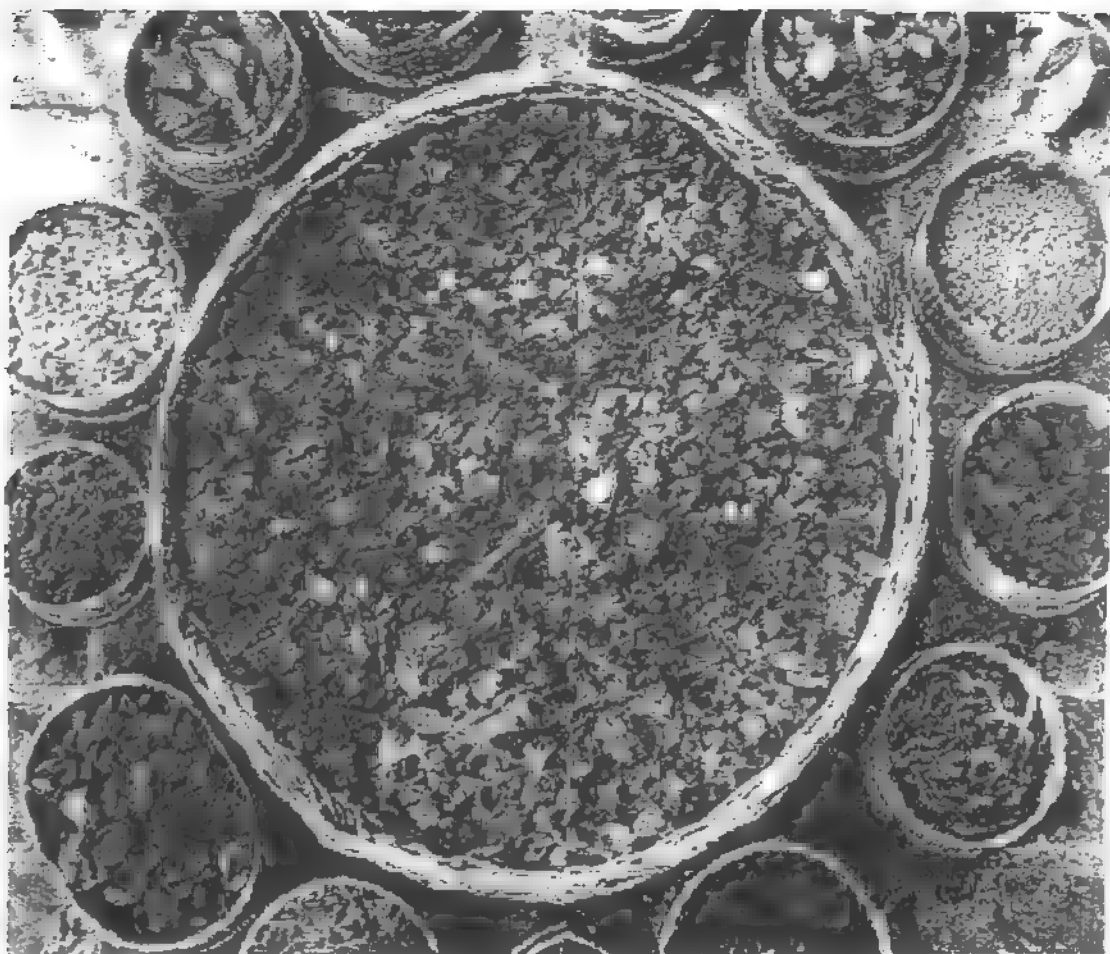
- دیکر بهر شترویه که دهگورت، وزارتس پسرورده و
 حرمی خوړندنی بالا، شیلگرا نه کاریکن بڼ داسو زوړه و
 دیکر دیکر بڼ شو خاوه عهقله ترانا داهینرانه،
 دیکر دیکر نه ترو وک له پراوژنی عهقله بڼ بهر کانی
 دیکر دیکر، یان تغانمت ناو دیوی سورو کانی دهره نېن،
 دیکر دیکر نه ترو سورو تسواری خویان لیویریکیریت و
 دیکر نه کاره بڼ و بهرپو پترو.
 - دیکر دیکر ناوړه و مهلبندی لیتوژیندهو نه ترو و،
 دیکر دیکر جو تبا نه کردنیان به ناسو و تهکنیکي
 دیکر دیکر وک له ناوړه ولات - نه گور هیت - یان له
 دیکر ولات، یان له حالته کیدا تسو جوړه له پیرونده دهگول
 دیکر دیکر نه ترو، تسو بایه خبرتته خودی ناوړه یان
 - مسکنی لیتوژیندهو نه ترو - The Center's of
 National Science، بهستنهوې تسو و چالاکاندیان
 خبریه کی راستوخو به پیروپندان گمشه تهکنیکه.
 - تسو کانی که ناسو و لیتوژیندهو نه ترو و
 دیکر دیکر، تسو ژور پتروسته بهسترترو، یان بهشپوهیه کی
 دیکر دیکر پیروندهو بهسترترو راستوخو دهگول هر

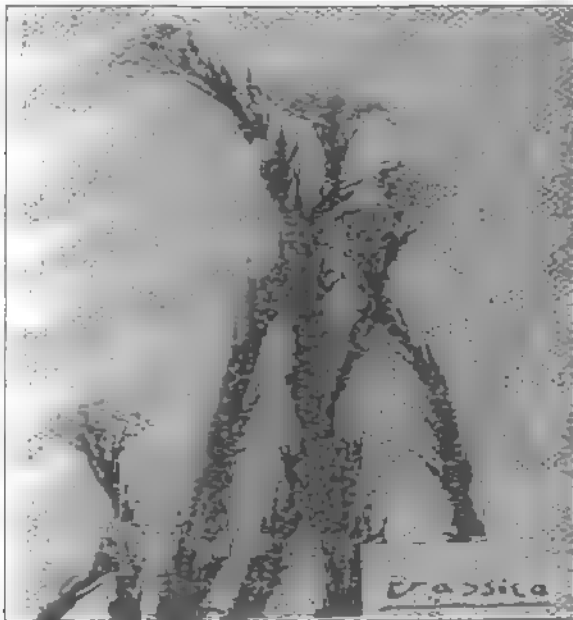
زانبارى دەر بارههه هندىك له

رووهكه پزىشكیه كان

ر: كاوه محمد طاهر

ماموستای ئامانهههه كشتوكالى بهكرهههه



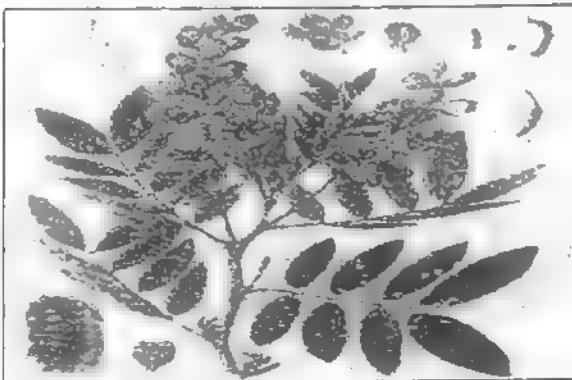


سینامه کی Senna or Alexandrian Senna (۲)
Cassia acutifolia Del

روده کینکی دوهی ربه ده گرتنه بڼه خیزانی پاتله یی Leguminosae نارچسې بنسټی نم روده که ته فریقای تیمتیوانی ربه. بهزی روده که کان ۱۰۰ سم، ره که کانی میخو ربه وه رنگی مایلېو ربه، وه قنده کانی لټو پټی زوره ره که لاکانی درټکوله یه، به لام توره کانی رنگیان زوره درټی ریان (۶-۷) ملم وه کیشی ۱۰۰۰ توره نریکی ۲۵-۲۵ گرامه. وه توره کانی له کتلگدا لمواوې دهفته یه کدا چه کرده دکات به لام له گهر مانعوی زوتر چه گهر بکات توره کان ده کهینه لای گرمه وه پلې گرمه کی ۳۰ س وه بوماوې ۲۴ کات ژمیر.

به کارهینانی

نم روده که گه لاور که لوه کانی به کاره هینری بڼه ناسان کردنی کاره کانی کوننداسی هرس بتایستی رفوگه نمتوره بتایستی



۱- ره که کانی ۲- سه لکه کانی ۳- رابزه که کانی ۴- که لاکانی ۵- گوله کانی ۶- بهر که کانی ۷- توره کانی
یان همو بهشه کانی روده که که
ره که کانی له کاتیکدا کزده کرتنه که رو که کان له گشه کردن
وستان واته لمپازدا وریان له کوتایی زستاندا.
به لام گه لاور بهشه سوزه کانی تری لور کاتاندا کزده کرتنه که
نارونگ نسین، وه که لاکان به جیا وره ده کهین وه له شریکی
سپردا وشکی ده کهینه وه پاشان ده کرتنه زهری تایستی ربه. وه
همو ها گوله کانی بهر شتویه.
به لام گزگیا پیروسته لمت بکرتت وه ره که کانیان دره هینری
به لام بهر توره کانی پش پیگه یشتیان به ماویده کی کم لست
ده کرتنه.

چه دند نمونه یه که له سهر روو که پزیشکیه کان

۱) خورته لای روش (الخرطل الأسود) Black mustard
Brassica nigra L. Kock

روده کینکی گیایی جوت وهری ربه، وه له جیهانی روده کدا ده گرتنه بڼه خیزانی خاچی (العائلة الصليبية) Cruciferae
وه بهشتویه کی کتوی له همدن شرتی عیرا قدا بلاو بهتایستی له
شاری سلیعانی.

وه نم روده که چند جوزکی هیده وه کو خورته لای سپی (B. alba) وه خورته لای جونسن (B. Juncea) بهزی
روده که کان ده کاته (۱۵۰ - ۲۰۰) سم وه قوتکی ریکیان هیده وه
لقیان زوره وه که لاکانی زهره وه گوله کانی بهشتویه کومه له
رنگیان زوره وه بهر که یاریک و هیلداره وه توره کانی بهر که وه
رنگیان قاده یی سوروراده، وه کیشی هر ۱۰۰۰ ده که توره
نریکی ۲۵ گرامه.

به کارهینانی

توره خورته له بڼه چند مېستیکي جیواز به کاردن وه له
توره کانی جوره رونیکی لستره ده هینری که پټی دوتری رونی
خورته لای خیرا - فې و (زیت الخردل الطیار) که بڼه دوست کردنی
لهزگی تایستی وژی سهرما (مشمای بازار) به کاردیت وه
همو ها بڼه دوست کردنی جوره مده مینک بڼه کم کردنو
هینن کردنو بازار (مسکن الام)

وه همو ها توره کانی ده پټی وه خوئی و سرکی بڼه زیاد نه کړی بڼه
دوست کردنی همو یی خورته له که کاری گهری هیده بڼه چالاک
کردنی لیکه رفته کان (منشک للفد اللعابیه).

بسیار نفع‌رسان برای مادی گل‌گشادانی تیابه که هاند در تکه بز
سختی دیواری ریخته.

قندهارانی لقی زرد و گوله‌کانی سپی و بچوکه به کزنده له



شیوهی چتردایه و تزده‌کانی هیلکه‌بی‌به ده سووکه و کیشی
هزار دنگ تزو نریکی (۱۰۲-۱۰۵) گرامه.

۵۰ شملی (الخبه) Fenugreek

Trigonella foenum graecum

در تیکی وری زستانه به له خیزانی پاقله‌بی‌به
Leguminosae) هم روده که لغاچه گرم و نیتکه‌کاندا
جیوه به رویه‌ی جیواز ده‌چترن بتایبستی له هاندن
نخردا و له هندستان و روسیا.
که به‌ری‌به‌کمی یو ستر تیپس ناگات و قندهارانی
خیزا.

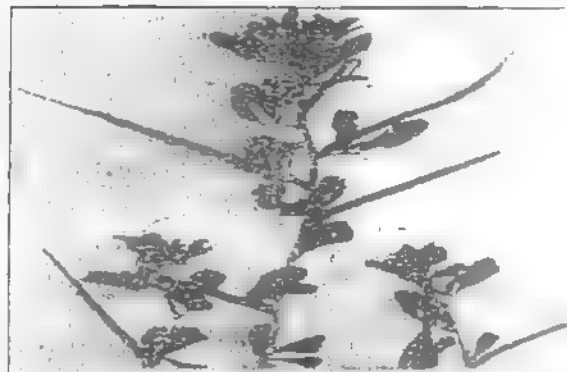
مردف هم روده که له عیراقیشدا ده‌چترن بتایبستی له
چند.

به‌کاره‌یانی

تزوی شویت بز چارمسوکردنی هلوکردنی گدهو ریخته‌و بزوی و
بزویچه‌کانی هفاسعدان به‌کاره‌ی‌چترن و همره‌ها تزده‌کانی له
ناردا نسوم ده‌کری و له‌کاتی به‌ری‌وونسوی پستانی خوتندا
به‌کاره‌ی‌چترن به‌لام گه‌لا سوزده‌کانی بز خواردن باشه و به‌ره‌کانی
رونیکی عسری هیلچوی تیابه (زیت سگر گیار) که ریژه‌کمی
ده‌گاته ۴٪ و به‌شیوه‌ی‌کمی سوه‌کی رونیکی تیابه که پنی دوترن
(Corvon).

حشره‌یانی

حشره‌یانی به‌کاره‌یانی زوی هدیه له پزشکی و لغوکردنی
حشره‌ی‌کمی نیمچه ته‌لکالی تیابه که پنی دوترن
Trigonella که به‌کاره‌ی‌چترن بز چارمسوکردنی
حشره‌ی‌کمی دل و کوفنداسی میز و همره‌ها بز دوست کردنی



۵۰ گزیزه (الکزیره) Cor iander

Coriandrum Sativum L.

روو‌کینکی گیایی به‌تمنه ده‌گرتسوا بز خیزانی چتری
(Umbelliferae) و به‌شیوه‌ی‌کمی سوه‌کی لغاچه‌کانی
باشوری ناسیار باشوری نوری دپولت.

روو‌کینکی په‌لدار به‌ری‌به‌کمی ده‌گاته ۷۵ سم و هاندن
جوریان لم‌مترنک زیاتر به‌ری‌به‌کمی ده‌گاته ۱۲۰ سم.



حشره‌ی‌کمی پزشکی بز پاک‌کردن و ده‌گرتسوا بز خیزانی خولی
سختی له تافرتدا، و همره‌ها روئی شملی به‌کاردی بز دودانی
حشره‌ی‌کمی و زیاد کردنی.

۵۰ شویت (الشبت) Dill

anethum graveoians

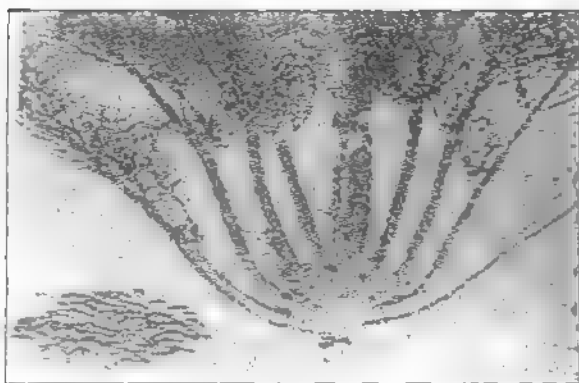
در تیکی گیایی وری زستانه به‌ده‌گرتسوا بز خیزانی چتری
Umbelliferae) و به‌ری‌به‌کمی ده‌گاته ۱۲۰ سم و هاندن
جوریان لم‌مترنک زیاتر به‌ری‌به‌کمی ده‌گاته ۱۲۰ سم.

تقوّه‌گانی بؤنئگی خوشی هدیّه وه له خواردن و ئیشی هه‌ویردا به‌کارده‌هئوئێ لایه‌وه‌ی رۆئینکی عه‌تر (زیت عه‌گری) وه هه‌روه‌ها جوړه‌که له ئه‌له‌یه‌یه‌ی تیا به‌ که پستی ئه‌وترئ (Cuminaldehyde)

وه لمجاری پزشکی دا وەر کړ وریا کړو ویلک بز گنده (منبیه
للمعهده) به کار دیت وه هر دوا بز نهیشتنی گاز: کان نسکدا
وهنندوئ کس باورې وایه که یارمندی دوردانی شی نمدات لدا یکدا
(مدرر جلیب الم).

Fennel (٧) حیل (حبہ حلوة)
Foeniculum Vulgare Mill

روءا کینکی گیایی بقممنه ده گپرسوه بس خیزانی چتری Umbellifera وه قده کئی رنگه بمری به کئی ده گاته ۱ متر وه قده کانی ئق زور دهرده کات وه راگه کانی شادواره، به لام گونه کانی



بهیوکه وه رانگیان زهرد وه بمشئوی چتر کومل دهن.
 وه بهره کانیاں رانگی خولمیشیه وه درژکولیه، وه گنشیه
 ۱۰۰۰ دنگ لبهره کانی نزیکه ۱۰ گرامه و روهه کینکی زستانهیه
 بهلام بهرگی پلمی نزم ناگرت وه لئژر پلمی سفری سدی د لئاو
 ده جنت.

به کار هیتانی بهر کانی به کار دهیترئ که ماده یه کی تیایه پئی
 دهوترئ Anethol fenchone که برتیه به له رنیکسی خیرافه
 (زیت گیره) وه که لکی نم ماده پیش ثویه که یارمستی
 کوفندامی هوس نهدات بؤ دهرکردنی نگر گازانی که له
 رنژله کاندأ دروست دهیت. ههروه ها بؤ زیادکردنی ناره زووی
 خوارده وه بؤ خوشکردنی تمام بؤنی زوویی خوارده وه
 خواره همنه به کانه به کار دهیترئ.

Aniseed or Anise (اليانسون)
Primpinella anisum L.

بشپړوي کومېل کږه ميتيښود که له چتر ده چنت وده رنگيان
سورتکي کالوړيان سپي ده وده بډر کاني بچرکه وده کيتي (۱۰۰۰)
دنهک تږو نږکي ۳۵ گرامه.

وہ گزنیڑہ رووہ کیتی زستانہ یہ کہ لہ مانگی تشرینی یہ کہ صد
دہ چترنہ وہ ماوی مانوہی رووہ کہ کہ لہ زویدا کرورہ وہ تڑوہ کان
لہ مانگی نساندا ہر دہ گات۔

بہارِ ریشانی

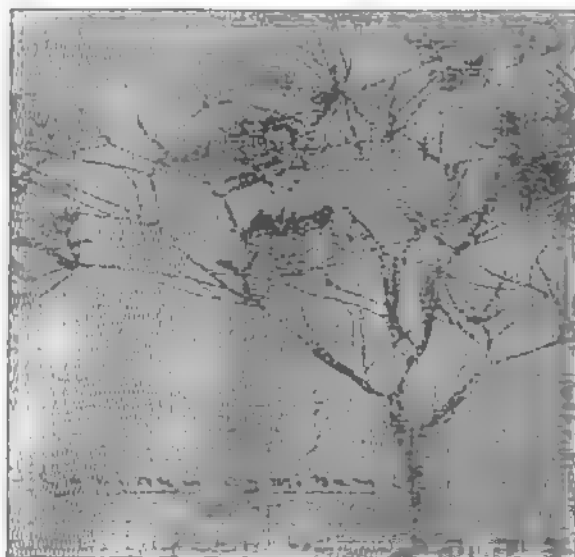
نعم روده که بهره‌گانی به زړی له خواردنې د به‌کاردهنې یو
خوش‌کردنی ماده‌ګی بڼایېمې له سرګو ترشیاتو خواردنې
ترېدا به‌کاردهنې.

و له لېسره کانی دا رزینکی هډچوی تیا یه که پزی دوتری
(Coriandrol) که له یواری یز شکم دا که لکی لټوږده گڼی.

Cumin زیرہ (الكمون)
Cuminum Cyminum L.

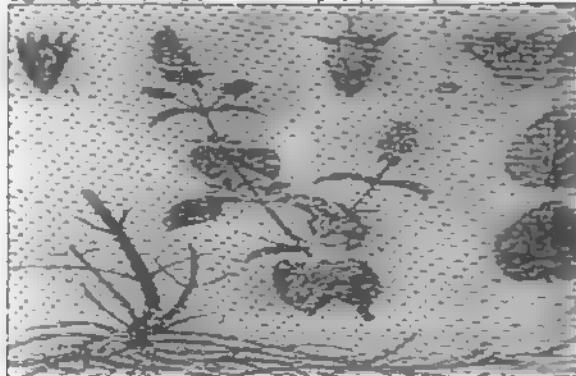
روء كٽڪي گيايي وه زريه له خيتراني چتريره وه هسروه
روء كٽڪي زمستانه وه، و ناوچي بنهروتي برتيره له گناره كاني
درياي سبي ناوهر است، وه نم روء كه زور كورته بهرزيه گي ۱۰
— ۱۵ سم وه قده، كاني لقي زوره وه گه لاكاني باريك و ده زيله ييره
وه گوله كاني بچو كوه بعثتوي چتر كوهسل دهيت كه نريك
(۱۵-۲۰) گولي پتويه لههر چتر نكدا، توره كاني لاکتيره ييره
وه له لايد كيوره قوره وه له لاکي تري قوپاوه، وه رنگي توره كاني
زودي مبلو بزه وه بونكي خوش لب دت.

یہ کارہینائی



نیزه‌ی هدیه‌ی ده لیواری گه‌لاکائی، شاری تیژه، گوله‌کائی بچوکه‌ی ده رنگیان پمده‌ی سووریاوه‌ی ده یان و نه‌وشه‌ی بیره، قده‌کائی له جزوی راپزوم‌ی ده بشتیوی ناسژی گشه ده‌کات و زیاد ده‌کات. تزوه‌کائی زور بچوکه‌ی ده کیشی ۱۰۰۰ ده‌لاک تزو نریکمی ۰.۶۵ گرامه.

وه منعنا لغارچه گهرم و فتنکه‌کاندا ده‌رنت به‌مدرجن شری



باشی هدیت. وه منعنا به‌مزی راپزومه‌ی زیاد ده‌کات وه همره‌ها به‌مزی تزویشوه.

به‌کاره‌ینانی

گه‌لای منعنا ماده‌ی مینیسولی تیایه (Menthol) که برترییه له رۆتیکسی خیراف و له زور پیشسازی دهرماندا به‌کارده‌ینرئ - دژی تووش بونی به‌سرمو هلامت - وه همره‌ها منعنا بز زساد کردنی بزور تامری به‌سندکراو له دهرماندا به‌کارده‌یت وه له دروست کردنی دهرمانی داند به‌کار ده‌ینرئ، وه بز دهره‌ینانی همدنئ بزنی خوشی تایبستی وه بز دروست کردنی هملای تایبستی بز منال.

۱۰) سرکه‌ی (السكران - الینج الأسود) Black henbane
Hyoscyamus niger L.

روده‌کینکی گیایی دوو ده‌زیرییه ده‌گهرتسه‌ی بز خیزانی باینجانی (Solana ceae)، ناوچه‌ی به‌مزی له‌م رووه‌که. برترییه له ئوروپا و ژوه‌لاتی ناوهراس و همره‌ها له‌باکوری هندستان و پاکستان و ئیراندا بلاره.

له‌م رووه‌که بزنیکی ناخوشی هدیه، به‌ری یه‌کمی ده‌گاته ۱ مەتر وه یان کەمەر، گه‌لاکائی درژه نریکمی پزیه‌ک ده‌بن وه ره‌گه‌کائی له‌مزی تشیله‌ی بیره وه گوله‌کائی زه‌نگوله‌ی بیره وه رنگی پمده‌ی کاته.

وه تزوه‌کائی بچوکه‌ی ده کیشی ۱۰۰۰ ده‌لاک تزو نریکمی یسو گرامه رنگی قاره‌ی بیره‌کی بزور.



زیته رووه‌کینکی گیایی وهرزی زستانه‌یه ده‌گهرتسه‌ی بزخیزانی جهری (العائلة الخمیه)

دیزی رووه‌که‌کان ده‌گاته (۲۵-۴۰) سم وه ره‌گه‌کائی له‌داره وه نه‌کائی بزوه وه گه‌لاکائی ژیره‌ی له گه‌لای کمره‌ی ده‌چیت. وه نه‌کائی سهره‌ی باریکن، وه گوله‌کائی بچوکه و مسجیه وه خنوبی چتر کۆده‌یتسه‌ی وه تزوه‌کان لاکیشه‌ی بیره وه بزور وه نیتی ۱ گرام نریکمی ۲۰۰ ده‌لاک تزو تیایه.

به‌کاره‌ینانی

تزی رازیانه که به‌بونه نه‌خوشه‌کمی ناسراوه وه رۆتیکسی هملجری تییه بز روانی به‌کارده‌ینرئ، وه همره‌ها به‌کرداری دله‌باندن نه‌کمی وهره‌گه‌ی وه جزوه شروینکی له دروست ده‌کری که بز سرمو کۆکه به‌کارده‌ینرئ وه که‌لکی له‌توهره‌گه‌ی.

وه پینک هاتوه‌کائی رۆی هملجرو نریکمی ۹۰٪ ی برترییه له ماده‌ی ئه‌نیپول (Anethol)

وه بزور تامی رازیانه ده‌گهرتسه‌ی بز له‌ماده‌یه وه همره‌ها نه‌گن ناوتی سبیل کافیکول Methyl chavicol گرنگ ترین ناوتیه‌یه که له تام و بزنی رازیاندا رۆیان هدیه.

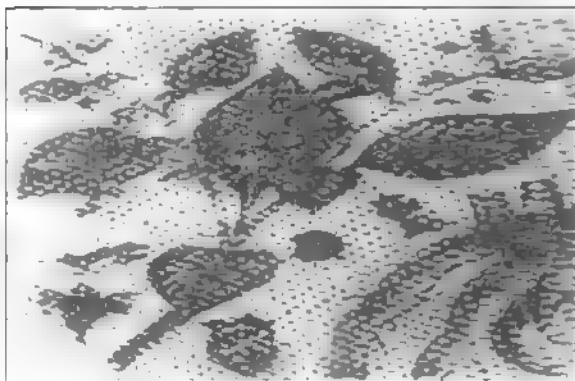
۹) منعنا (المنعنا) Mint

Mentha longiolia L.

رووه‌کینکی گیایی به‌منه‌نه ده‌گهرتسه‌ی بز خیزانی (Labia
tae) قده‌کائی نیمه‌ی ریکه وه له‌ی زوره، گه‌لاکائی درژه شیری

توخ توده کانی شتوی گورچیلایی هدیه، رنگی قاره بیسه کی مهیلو زرده.

وه کیتی ۱۰۰۰ دنک لغتوده کانی نریکی ۶-۷-۱۰ گرامه وه تم روده که به روده کی ناچه گرم و نیمچه گرمه کان داد نریته، وه دروست بوونی مادهی لغتوین لم روده کدا بغده، لیسر برکوتنی تیشکی خور به راستموخو لیسری وه تم روده که برگی پلهی نرم ناگرت وه له پلهی (۳-۴) ژیر سفری سدی دا روده که کان لغتوده چن.



به کارهینانی

گلار ره که کانی وه همروها پشه سوزه ناسکه کانی تریشی بز چار مسرکردنی کولنج کردن وه هموکردنی گدو ریخته کان به کار دهیتریت. وه همروها دژی ژهرای بون (تسم) له کانی پتویدانی میروودا به کاردهیتریت، لیسر توهی تم روده که مادهی هیوسامین (Hyosciamine, Atropine) وه مادهی لغتوینی تیایه

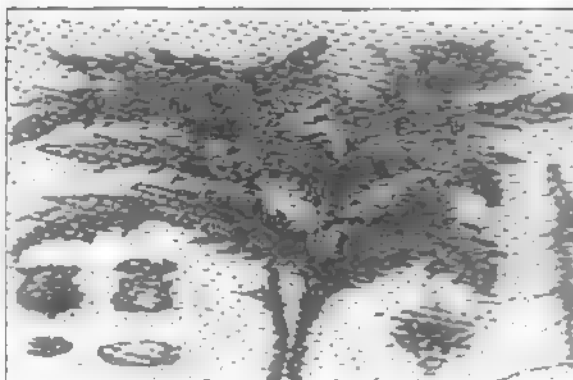
۱۲) گوله بدیون (البیون - البابونج) Chamomile
Matricaria chamomilla L.

رووه کیتی وریزیسه له گوتسوه بز خیزانی قوتیهی Compositae و بشیوهی کیتی له کورده ستاندا بلاره، وه ناوچلی بنه پتی تم روده که برتییه له تورویا، وه له همور ناوچیه کی جیهاندا دهیتریت وه گوله کانی بونیک خوشی تیژی هدیه.

بدری روده که کان ده گاته (۳۰-۷۰) سم وه قده کانی ریکو لقی زوره، ره که کانی بلاره له نریک روی خاکدا بلاردهیته، وه توده کانی بچوکه وه کیتی ۱۰۰۰ توه نریکی نیوگرامه وه رنگی توده کانی خولتمیشی کاله.

تم روده که هاونیه له مانگی مارتدا دهیتریت وه روده که بچوکه کانی برگی پلهی نرم ناگرت وه له پلهی بستندا لغتوده چیت.

به لام ره که کانی برگی پلهی بستن ده گرت تاره کو ۱۰ پله لغتو سفری سدی دا.



به کارهینانی

پشه سوزه کان و گوله کانی تم روده که چمند مادهیه کی له لکالی (قلوی) کاربگری تیایه که پیی لغتو (Hyoscyamine) که بز شکاندن و هینن کردنهوی لغتو تازارانی که له تمخامی شتواندن میشل و برپه کاند پدیانهییت به کاردهیتریت.

۱۱) لغتوینا بهلدوننا Dwale or Beladonna
A tropa belladonna

رووه کیتی گیایی بتسمانی ژهراییه (سامه) وه له خیزانی باینجانییه، وه باوه رایه که ناوچلی بنه پتی تم روده که برتییه له ناره راست و باشوری تورویا و ناسیا وه بشیوهی کی کیتی له روزه ناوای چیاکانی هیمالایا و کشمیر دپوت.

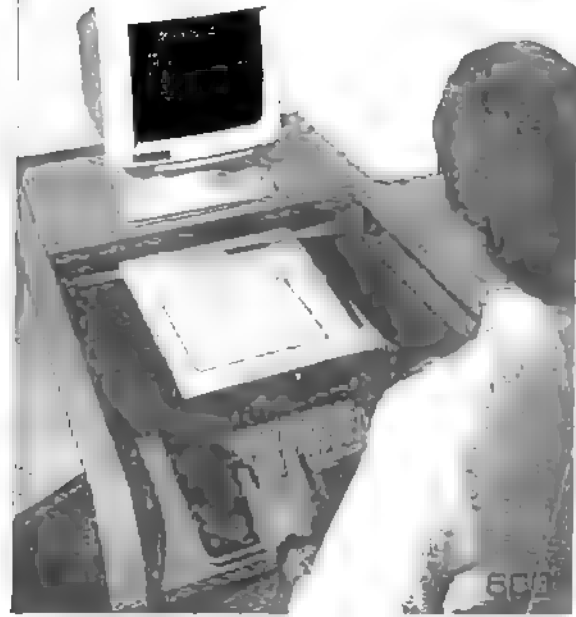
وه تم روده که له ولاته یه گرتووه کانی لیسریکا و نینگلستراو سیرید هندستان و پاکستان و باگوری نیران دهیتریت.

رووه کیتی ریکه وه قده کانی لقی زوره له بشی سهروی وه رنگی سوزیاره وه یان لغتوینییه، وه درژی روده که کان (۱۰۰-۱۲۰) سم وه همدن جار ده گاته ۲ ستر، وه ره که کانی له جوری قورچه کییه (خروگی)، وه چمند ره گیتیکیان لسهیته، گه لاکانی گورو هیلکه ییه درژی یان (۶-۱۰) سم وه همدن جار ده گاته ۲۰ سم وه رنگی سوزنکی مهیلو زرده گوله کانی بچوکه درژییه کی (۲۵-۳۵) سم بیره کانی بچوکه شتو کی نیمچه گوییه وه رنگی سوزه لغتیشدا پاشان ده گرت بز وندوشی

چۈن كۆمپيوتەرگەت

دە پارىژىت ؟

ئا / مە لگە وت



چاڭگۇدۇنلۇق كۆمپيوتەر.. ھىمان كارى سىرە جىزىجى بىكە
گۇر شىتېكى نامۇ چۈرە ئار كۆمپيوتەرگەت.

شەشمە: لى ھاردەرە كۆمپيوتەرگەت مەكۇتسىرە تىكۇ
بەشىۋەيكى (لۇجىكى) لىمەنەمە گانت دەرەجىت.. دواتىر
ھەتلى تەرە بىكە لى سۈيچى كارەبى سىرەكە بىكۇتتىشە
دۈي تەرە لى ھاردەرە كۆمپيوتەرگەت كۇتاندەرە.

ھەتەم: دىسكى گۇمان لىكۇرۇ دەرە بىكەمەھىتە، چۈنكە
ئىجتىمالە لىكۇ دىسكى گۇمانلىكۇرۇنە (قاپۇسى
كۆمپيوتەرى) تىپا شاردارىت، ۋە ئەگەر رىستىت
كۆمپيوتەرگەت لى قاپۇس پارىژىت، بىكە بىرە ۋامى ھەمۇر
شەش مانگ چارلىك بىرنامى دۇرە قاپۇسى نۇي پەيدا بىكە بىز
كۆمپيوتەرگەت..

ھەتەم: بىرە ۋامى فەسى كۆمپيوتەرگەت بىكە، لى رىگە
بىرنامى ئامادەكۇرۇ بىز پىشكىنى كۆمپيوتەر، بىرە ۋامى (۲
سەعات پىشكىن لىكە ھەتەم) بىرەمىر بىكە (۲۰۰ سەعات
كارى كۆمپيوتەر لىكە مانگدا)..

نۇسەم: ئەيىت كۆمپيوتەر بەشىۋەيكى زانىستىانە لىسەرى
كارىگىرت، ئايىت زىاد لى سىنۇر پان زىاد لى تۈنەي يادى
كۆمپيوتەرگەت شى بىز زىاد بىكە.. بىقايىبەتە داخلى كۇرەسى
سىستىمى نۇي كە قەبەرەكەنى زۇر زىاتەرە لى قەبەرە يادى
سىستەمە كۇنەكە خۇت..

دەيىم: لاپۇرەن زىاد كۇرەنى پىزۇگراپىكەن بەشىۋەيكى
ھەمەكە، ئەيىتە ھەسى سىستىمى كارى كۆمپيوتەرگەت ۋە
لەۋنەشە بۈرەستىت.. چۈنكە زىاد كۇرەنى ھەم پىزۇگراپىكەن
مانەي تەرە ھەزارە ھەنگاۋى پىزۇگراپىكەن زىاد كۇرە بىز
شىفەرى سىستىمى ئىشپىنكۇرەكە ئەمەش ئەيىتە خىارى ۋە
سىستىمى لى كارى كۆمپيوتەرگەت..

پانزەيىم: لاپۇرەنى ئەۋ قايىلە زىاد ھەمەكەنە گە ھىچ
سۈرەتكەن ئەمەۋ ھىچ رۇتېكىان ئەمەۋ لى كارى رۇتەتەندا،
با كەمەك يادى كۆمپيوتەرگەت بەتالەيت بىز ئەمەمەنى
كارى گۇرەت..

بەكەم \ ۋەك دەزانىن ۋەزە كارەبە بىتە ھەى كاركۇرەنى
كۆمپيوتەر، ھە رەھا زانارەشە كۆمپيوتەر زۇر ھە سىتارە
بىز كۇرەنكارى ۋەزە كارەبا لىكەنى زىاد بۈرە ۋەكەم بۈرە پان
نەمانى ۋەزە كارەبا، ۋەھە رەكە لىمانە گىرە گۇرەتەك
بىز كۆمپيوتەر خاۋەنەكە دۈرەست دەگەت، لىمەن ئەمانە
دەيىت لىتۇن ئامىرى كۆمپيوتەرگەت ۋە سۈيچى كارەباكە دا،
ئامىرى رىكەشەرى كارەبا ھەيىت بۇرەكەشەستىنە ئە زۈرە
كارەباۋە ئەگەر تىكۇچۈنەكەش ھەيىت ئە تە زۈرە كارەبا
سىرەكە دا ئەمە ئەم ئامىرى رىكەشەرى بىرەكە تەزۈرە كارەباكە
دەيىتە نىو ئامىرى كۆمپيوتەرگەت..

دۈرەم \ كۆمپيوتەرگەت لىكەنى بە كارە ھەتەندا بە شىتەك
داپۇشە ۋە پىپارەتەرە لى تۇزۇ خۇل، چۈنكە كۆمپيوتەر زىاد ئە
۱۰ ترانسىستۇر تىپا يە، كە ۋەتە دە يىتە قە بارە
ترانسىستۇرەك چەند پىچۈكەش يىتە گەر بە راپۇرەش بىرەتە لى
گەلە گەردى تۇزۇكەدا.. ئەمە گەردەتۇزە لى قەبەرە
ترانسىستۇرەك زىاتەرە، گەۋە زۇر بە ئاسانى كارەكەتە
سىرەكارى كۆمپيوتەرگە، بىز ئاگەۋارى تۇزۇ ماددە يە كە
نەگەنە بىز كارەبا..

سەيىم: كۆمپيوتەرگەت لىسەرى چىكەكەش جىكەدا دابىنە
ۋەك مەزۇكى جىكە.. چۈنكە جۈرەيەكە نەبەجەن كارەكەتە
سىرە كۆمپيوتەرگەت..

چۈرەم: راپۇرەنى پەلى گەمەۋ پەلى شەن لى دۈرەبەرى ئامىرى
كۆمپيوتەرگەت.. چۈنكە كۆمپيوتەر زۇر گەمە دەيىت ۋە دەيىت
ئامىرى سارەكەمە لى زۇرەكەدا ھەيىت بەتايىبەتە كەتە
گەمە.. ھەمە كارەكەتەنى شەن لىسەرى ئەتەكەتەكەنى ئار
كۆمپيوتەر..

پىنچەم: گەر شەلەكە بىسەر كۆمپيوتەرگە تارۇ.. خىتار ۋە
دەست بەجەن كۆمپيوتەرگەت بىكۇتسىرە ۋە قەبەرە
كۆمپيوتەرگەت مەكەمە تىكۇ نەچىتە لى شەزەيەكە



هيستېمې تەلەفۇنى

شانہ ہی جولاؤ

(مۆبایل)

(Mobile) Cellular Telephone Systems

زانا روف

تەنقۇتى مۇيەل جىيە؟

۱- څه نه ميستميگي تهلهفوني (جولاو - مزيابل)، بڼه
۲- گهيانندي جولاو به کار ديت، بهمانا به هوي تهلهفوني
۳- به (بڼه) هوه ده توانيت په ديوندي بگه ديت به کسي کپوه له
۴- په ده دکات يان له ناو نو تو مزيبله کپوه دکا گشتنيک
۵- تات يان لخوا شه مند د فريکدا ده چته شارنگي تر... تاد
۶- چي چمانه شوه به کورتي تهلهفوني ناسايي سيمي بڼه
نستوني بڼه سيمي جولاو (مزيابل).

تعمیر بر لدم سیستمه گراووتدهوه؟

— تی ۱۹۶۷ له تاقیځه کانی بیل له ولاته په ګر تووه کانی
خبریکا پر لم جوړه سیستمه کړاوه. توره.. بهرني شم
یشکوونه موزانای بهر توری هیل ګورکیتی ژماره پیدا
ه توره.. نیستا تله فونی موبایل پوره راستي و
حلیونه خه لک له سرتاپای جیهاندا به کاریده هینن
ښانمش بهر سندندي ګوره ګوره به خړیوه ده بنسنت.

نوحی یئی دموت ریت ته له فونی شانه یی؟ بیان ته له فونی

موتی

مزایاى به واتای جولار دیت، مبدستیش له شانیهی
نروبه، رووبیری نارویی تهلهفونم، مزایاى له شانه شانیهی

شەش گۆشە پەيدا بو روک شائەى ھەنگ... وە ھەر شانە پەك
لەم شانانە چەند وەستەگىيەكەى ناردنى بىتوانايەكەى نەزم
دانراو و رووبەرى شانەكائىش بەشىتوئەك دانراو لەگەل
بەرزى و نەسى سەرزەوى و چەرى ژمارەى خەلك دا بگورجەت.
تەلەفونى مۇناسەل ئە سەرچ لەرەلەروك كاردەكەت؟

ریگخراوی گه یاندنی نیو دولتی (FCC) سنورنکی
لهر لری داناه بۆ ته لهرنی مؤ یامل ده گاته ۴۰ مینگا لهر
لهر له یمل چرکداو ده کورته نیتوان (۸۰۰-۹۰۰) مینگا
لهر لهر له چرکده کدا..

بۆ مەبەستى دايىنكردنى پەيوەندى تەۋاۋ لە گەڭ تەنە
جولادەكاندا (۴۰) مېگا لىرەلەرگە دايمش دەيتت بىسىر دور
بىشدا بىشيكيان لە ۲۰ مېگا لىرە لىر لە ۱ چركە
پىنكەتتورە، دەكۆيتە نىۋان (۸۷۰-۸۹۰) مېگا لىرە لىر لە
چركە كەندا بۆ وئىستگە جىگىرەكان بە كاردىت. (Base
Station)، ۲۰ مېگا لىرە لىرە كى تر دەكۆيتە نىۋان (۸۲۵-
۸۴۵) بۆ وئىستگە جولادەكان (تەنە جولادەكان چەپكى لىر
لىرە لىرە تايىتەندى بىم سىستەمە گە دەكاتە ۴۰ مېگا لىرە لىر
لە چركە كەندا دايمش دەرگىت بىسىر (۶۶۶) كەنالتا.

چون نهو (٦٦٦) کهناله دابه شده کړیت؟

هر کهنالیک له دوو لره لمر پتکدیت، یانی چېپکی لره لره کښی ده گاته (٣٠) کیلو لره لره له چرک په کدا، وه له هر شانه په کی (٦) گوشه پیدا (٣) رستگي جیگری تیدایه بڼ ناردن روگرتن که ده کویته ٣ گوشي نابهرامبر له شانه کدا...

بڼ مېستې جیا کړه نهو لره لمری لهو کهنالانسی لمری روویری کار کړه ندا هن، نهو (٦٦٦) کهناله بېشوی پڼلپڼل دابه شده کړیتو هر پڼلک بریتیه له (٢١) شاقول...

ده کړیت نهو پڼلپڼل دابنریت به ٢١ کومه له کهنال، ١٥ کومه له ٣٢ کهنال پتکدیت و ٦ کومه له کوتایش له ٣١ کهنال، وه له (نامیری ستلاک)...

بڼ مېستې ناساکردنی

سیستمی تلهفونی مزیایمل لهو سیستمانه ده توانیت فراوانتیت.. بنچینی فراوان بوون تیایدا پشت به دوو رتگی سهره کی ده بستیت..

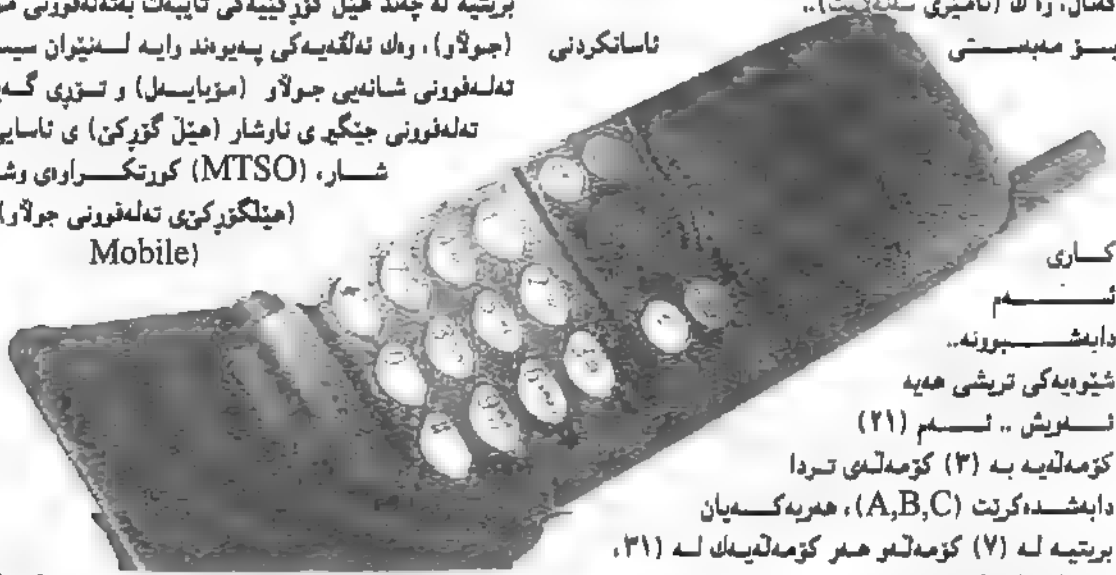
په کسمیان: کاریکردنی سیستمه که بهوشیوهی بېشیک لهو کهنالنه که تایبته به هر شانه په له زیاده ده میتیتوه بڼ هر زیاد بوونیک له قیاری شانه کدا...

دوهمیان: کاتیک به کاردیت پاش تروابوونی همدو کهناله تایبته کانی شانه که.. لیرده کاری کمکړه نهو روویری شانه کانو زیاد کردنی شانی نوی بڼ دابن کردنی کهنالی زیاتو..

هیل گزیکڼی جولوی (-) چیه؟

بریتیه له چمند هیل گزیکڼی کی تایبته به تلهفونی مزیایمل (جولوی)، وه له تلهفون په یوه وایه لمریوان سیستمی تلهفونی شانه یی جولوی (مزیایمل) و تڼی گه یاندنی تلهفونی جیگری ناوشار (هیل گزیکڼی) ی ناسایی ناو شار، (MTSO) کورنگراوی وشي (هیل گزیکڼی تلهفونی جولوی)...

Mobile)



کاری

نهم

دابه شېبو نه..

شېو په کی ترشی هیه

نمرش .. نهم (٢١)

کومه له به (٣) کومه له تردا

دابه شده کړیت (A,B,C)، هر په کسمیان

بریتیه له (٧) کومه له هر کومه له په له (٣١)،

(٣٢) کهنال پتکها توه..

دابه شکردنی کهناله کانو و ندره لره کانیان بهم شېو هیه..

بڼچی؟

Telephone

(M.T.S.O) (Switching Office

... چون کاره کات؟

نمونه: له مالموه دسورت به تلهفون په یوه ندی بکیت به کسمیکره، لهو کسمی له گشتیکدا لمر او توتومیتله کیدایه..

په مانا له رستگه په کی جیگری بڼ رستگه په کی جولوی.

په کسم: به تلهفون ژماره تلهفونی برادره کت لیددهی..

دوهم: ژماره که ده چیه نیو هیل گزیکڼی تڼی گه یاندنی ناوخری (ناسایی) ناوشار..

سیتم: هیل گزیکڼی ناسایی ناوشار دایدانه هیل گزیکڼی

سیستمی (MTSO) بڼ تلهفونی مزیایمل (جولوی)...

بڼ نهو نه په تیت دوو لره لمری له په چو هیت لمری سهری په کسانده..

قباره شانه کان پشت به چی ده بستیت؟

قباره شانه کان پشت بهو ناوونده ده بستیت که هیماکان تیایدا هاتوچ ده کهن.. پروانه رتشی ژماره (٤) ... نمونه روویری دابه شکر او بېشوی په کی شانه یی ده بستیت، هر پارچه په لهو روویره حوت شانی تیدایو دوو باره ده بستیتو بڼ نهو دوو خانمی تمیشت په کی تیا دوو باره نه بستیتو همدان ژماره یان هیت (همان چېپکی لره لمرکان)...

ده ماخ که ده کاتوه

هردو ها توژیمو که نه ژنی پیشان داره که نه کسانو پمسانی خویشیان بهروزه
 بمشون خوراکی پر نه پوندیمو، دهواتو نه هکسی دهاسی، خوراک چاروق و
 نامردا کتیبان ناهویان پیشان داره که خوراکی سوزو و مبره، یوشو کسانو
 بهروزه پمسانی خویشیان هویه، ۶۶۰ روهانی سگتمی دهاسی تم دهگتمو
 هردو ها توژیمو کشت ناهوی پیشان داره که نه کسانو پوندیم زار و دهخون
 چهری و گوتنه که دهخون، تروشی سرزه پمسانی خویشی ناهوی نهخوشبهگشت
 زار و شنه پمشتی زار تم دهخون

A.M. : ,

تەلەفوننى مۇداپىئە...

سرخاویگان:

گفتاوی News week، ژماره ۱۸ ی نازاری
Mobile Communications - ۱۹۹۶

هەوکردنی پوك

دەبیتە ھۆی

شەكروە نەخۆشییە

دریژخایەنەكانی سی

و/حكیم



پەيوەندیە کاری بەسر تەمەن و توخم و جگەرە کێشان و کێشی لەشەرە نە.

تەوشیان بۆ روون بوو، کە ژۆر ھەوکردنی پوك دەبیتە ھۆی ھەزبونەوی ئاستی شەكرو لەکارکەوتنی ھۆرمۆنی ئینسۆلین بەھۆی ئەو ژەھرە بەھێزە بەکۆرتکراوی پۆی دەلێن ۱p8. کە بەکۆریای دەم دەری دەدات و تێکەڵ بە کارەکانی ئینسۆلین دەبیت و بەرگری لەش دەژی ئەو ھۆرمۆنە لەلەشی توشیوەکانی ھەوکردنی پوكدا زیاد دەکات.

لە تۆژینەویەکی دیکە ھەمان زانکۆدا - دەربارە رانەگرتنی پاگوخاوتنی دەم و نەخۆشیەکانی پوك و دان و نەخۆشیە دریژخایەنەکانی سی، دەرکەوت، کە ئەو کەسانی نەخۆشیە دریژخایەنەکانی سیان ھەیە. نەخۆشیەکانی پوكیان زیاتر تووش دەبیت لەوانە ئەر نەخۆشیانەیان نە، ئەمەش بە رەچاوەکردنی تەمەن و توخم و رەگی نەتەووە ئاستی خۆژندن و داھات و دووبارەبوونەوی چوێیان بۆ لای پزیشکی دان، شان بەشانی جگەرە کێشان و بەکارھێنانی ئەلکھول.

دوکتۆر فرانک سکائاییکو، پروفیسۆری یاریدەدەری بایۆلۆژی دەم. پاش شیکردنەوی زانیارەکان لە ۱۳۷۹ کەسا، بە پشت بەستن بە تێکرای دەرکەوتنی ھەوکردنەکانی سی و تەنگژە خێراکانی و ھەوکردنی بۆرچکەکان، سەرەرای ھەلئاسانی سی و نەخۆشیەکانی دەم، بەھۆی جیاپوونەوی پوك لە ئێسقانەر، بۆی دەرکەوت:

کە پەيوەندیەکی راستەموخۆ لەنێوان نەخۆشیەکانی پوك و مەترسی تووشبوونی نەخۆشیەکانی سنگ دا ھەیە. مەترسی تووشبوونی ئەم نەخۆشیانە، لەو کەسانە کە جیاپوونەوی پوك لە ئێسقان ۲ ملیمەتر، ۴۰٪ بەرزتر لە کەسانی دی.

لێکۆڵینەویەکی ئەمەریکی نوێ، دەری خست کە ئەو بەکۆریایانە دەبنە ھۆی نەخۆشیەکانی پوك، مەترسیەکانی تووشبوونی شەكرو نەخۆشیە دریژخایەنەکانی سی زیاد دەکەن. تۆژینەویەکی زانکۆی بۆقالوی ئەمەریکی روونی کردووە، کە دەتوانرێت نەخۆشی شەكرو نەخۆشیە دریژخایەنەکانی سێش بخرێتە ناو ئەو لیستەیی بۆ نەخۆشیە کۆئەندامیەکان و ئەوانە لە تەنھامی بەکۆریا توشکەرەکانی پوكەرە پەیدا دەبن.

تۆژینەرە نوێیەکانی کۆلیژی پزیشکی دان لە زانکۆی بۆقالوی ئەمەریکی، ئەو پەيوەندیە لەنێوان نەخۆشیەکانی پوك و مەترسیەکانی تووشبوونی شەكرو بەو روون کردووە، کە خانەکانی لەش، لەو کەسانە تووشی ھەوکردنی پوك دەبن، بەرگری مژینی ھۆرمۆنی ئینسۆلین (کە دابەزێنەری رێژە شەكرو لە خۆژندا) دەکەن.

ئەو تۆژینەرە، کە تۆژەرەکان لەکۆبونەوی کۆمەڵەی ئەمەریکی و دەولی بۆ تۆژینەرەکانی دان، باسیان کرد، ۱۹۹۸ کەسی گرتبوو، لەوانە کە تووشی شەكرو نەبوون، و تەمەنیان لەنێوان ۲۰-۹۰ سالدا بوو، بەلای کەمیشو، ۶ دانە سۆشتیان مابوو.

ئەم کەسانە، بەشداری ئەو ئاسارانەیان کردبوو کە لە ۱۹۸۸-۱۹۹۴ دا، لەم بارەییە ئەھم درابوون، تۆژینەرەکان دەریان خستوو کە تا باری ھەوکردنەکانی پوك و پلەسی جیاپوونەیان لە ئێسک زیاتر بێ، بەرگری دژی ئینسۆلین لەلەشدا زۆرتر دەبیت، ھەرۆھا بۆیان دەرکەوت کە ئەم

قىرۆسى چىرنوبىل
پەكى رزىمەكانى
كۆمىيوتەر

لہ بہ نگل ادیش دہخات

- ب ئۆزى چىزىۋېلى زانىرى يانە لەچىند رۇتېنىكى
 - سىرتى لېنىنگرادىش داۋو بىتۈرۈۋاتى پەكى خىستون،
 - مەمۇرىك لەگۇڧارى (نىۋىلنىڭ فېوز) ۋە ۋوتور بىستى
 - خىستون ئىچىدە رۇتېنىكى بىتۈرۈۋاتى پەكى خىستون،
 - مەمۇرىكىش لىسىر تۈزى (شېكە) ئىنتىرنىت پە
 - تىكى ۋە گۇگول تۈرۈم كىرۈۋە بىتۈرۈۋاتى گۇمپانىي
 - تىكا (فىۋىس چىزىۋېلى لىتۈرۈۋاتى ۋە پە كىرۈۋاتى

[illegible][illegible]

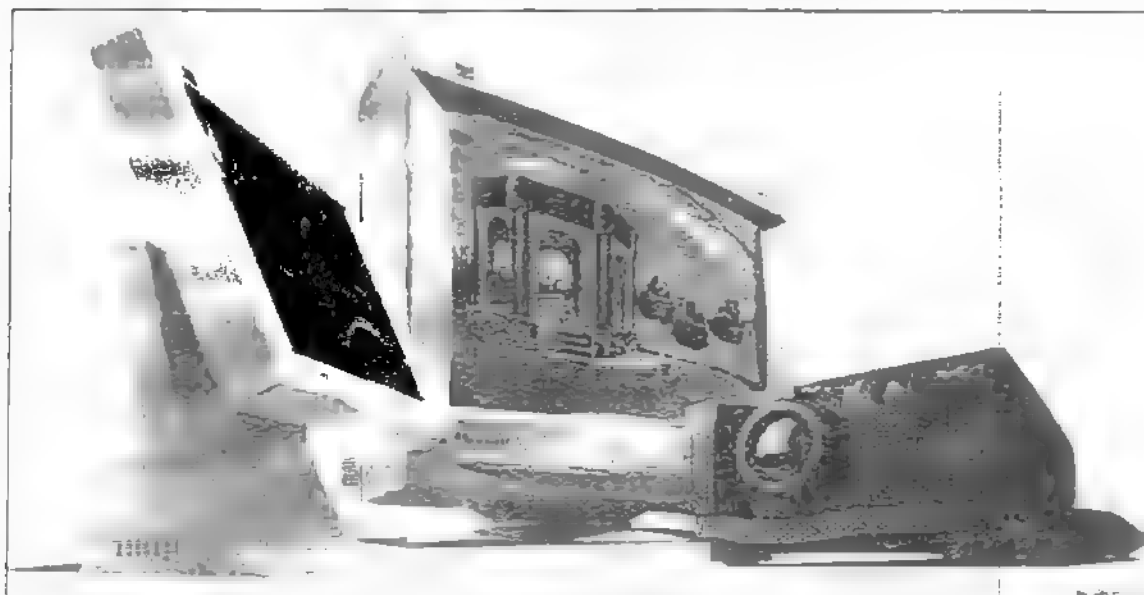
به کارتی (ICA) یان به کارتی (PCI) به فرخی (100
 دۆلاران یان به کارتی، (PC) به فرخی (۱۳۰) دۆلار).

لایه کی سرو، کومپانیای (WebGear)، هستا
بنویزده نووی کومده لایه کی سرو بنویزده بی تله کانی خو، هور
لوکاته شد ا نرخی کانی کم کرد نو، ناوه کانشیانی کرده
Aviator Wireless Network. 202
نرخی، بنرخی (170 دلار)، نرخی بستنی یدک کومپوتور،
که بفرنامی سر کرد ایتمی (Aviator) پشت بستیه،
جه ده کات.

لغات جدا، (Aviator) و توانست تئوری‌های نو کرمیوت‌رانه

۱- حذف رادیوسی R_f ، به علاوه R_f (2.4 جیگاهرتز). تم
۲- به توانیت ماویدک بریت کده گانه (50) مکترو،
۳- بریت بهخیراییدک کده گانه (یدک میگات) له (یدک
۴- به یاناته کان دابش بکات، هوروها هیماکانی (R_f)
۵- کارتنکردنی دیوارو زهوی و بنمیچه کانسو، چونکه
۶- ائردو - ی به کارهاتوو لم کارتدا، بریتیه له
۷- هاهاهائی، هیماکان - الاشارات -

– نیتہ نویسی – دیاموند، گھناری Home Free – یہ،
– محمود نامیرہ نویسنہ کاندہ ہدیہ، دتوانیت لتواناکی
– حسن نساویری سستہ کاتم، توریندی (وینڈوز)، سود



پکات کېږي په کيک لسيستمه کاني کارپيکړوني (وينډوزي ۹۸/۹۵) کارده کمن، يان شو يو څه وروانسي کده وروزه نقيه کانيان هډي. هر يه کيک لډ کومه تپيد، لډ وروزه يه کي لقيدا ناورتم جووتباڅه ده کړت، هر لډ وروزه يه برنامه نوښه کده، ريگي وروستاندني کاري (Aviator) وډوت، به جوړتک کېدو ناورت سوو لډ وروزه کده وريگيږت، يو بستنه ورو به يک يان بهر نامرتکي ترو.

هینا - کانی RF، داتاگان، بهخیزایمک ده گوزنره کلاه گانه (50 کیلویت) لهچرکیده کدا، بز مهاد یسک ده گانه (25) متر. هوروا (Aviator) تواناداری توپغندی کله ویندزدا هدی، به کار دهینیت بمعبیستی بمشدار بگردن لودسیه - کانداد، له گیل کومه کدا برونایمک هدی که به (رؤکسی) برشت - گراوه، شورش بمز مهبسته کانی بمشداري به یوهاندیکدن به (تنتوتیت) یوه.

یخت، بوشداریکردن لیسو دوسیدو برنامه کان،
- تیکا که گزمپانیای - دیاموند - برنامه گه لیتی
یکه کردو، که داتوانیت بوشداریکردن لپه یوندیکردن
- نموده، داین بکات.

— یعنی (Home Free)، میتوانست همواره
— سیستمی گمبه سیستمی کارینکردن - نظام تشفیل - ی
— یعنی (۹۸ و ۹۹) کارده گمنو، کمرته گانی (ISA) و
— یعنی (کراوه) یان تیندایه، ده گمل هور هارتیکی خاوه
— یعنی (PC Card)، بیستیتتووه.

صحتی (Home Free Desktop Pac)، یک کارت
- یک کارت (PCI) تیدایه، بمنرخ (200 دلار)،
- یک کامپیسی (Combo Pac) کبمنرخ (300
- یک کارت (ISA)، ده گمل کارت (PC Card)
- نه گمل بزاین کمزید کردنه کان ده توانیت بکرت، چ

مىندالى شىرەخۆرە

بەسىر پىشتىدا

بىخىت لەمردى

كتوپ دەپارىزىت

و:كەمال

ھىروھا پىزىشكەكان ئاگادارىشيان لەسەر ئوستى
لاتەنىشتى مىندالانىشيان بلاۋكردۆتسە، چونكە ئىم
جۆرە ئوستى جىگىرىيە. لەمىرئەۋى مىندالەكە بەردەۋام
خۇي دەخات بىم لار بولادا بۆنەۋى ھىر بەسىر سىكىدا
بىنوت. ئىم ئاگادارىيانە رىنمايى دايكان دەكەن
كەچەند ھىنگاۋىك بىگىرئەپەر. بۆكەم كىرئەۋى مەترى
مىردى كىتوپى مىنالانى شىرەخۆرە. لەۋانەش دەپىت
مىندالەكە بىخىت سىر ئوتىك كىرۋەكە قايىم بىت
مورىشالى پىتەنەپىت سىرىنى سافىر لىۋىسى لەسەر
نەپىت دىنسىيى لەمىرئەۋى ئاگادارى كىردى مىنالان
بىكرىت بىر لەمىدەك بىۋىن دۈۋىر كىتەسەۋە
لەجگىرە كىشان خواردەۋى ئەلەكەۋىل زۆر خواردى
دەرمان لەكاتى سىك پىدا.

ھىروھا دىنسىيى لەۋىش بىكرىت كە ئىم مىندالە. زۆر گىرم
دانەپۇشرت، لەكاتى ئوستى دا. چونكە گىرمى زۆر مىندالەكە
دەخاتە قۇناغى ئوستى قولى، كە بەزەھەت تىپادا ئاگادار
دەكرىسەۋە. لەمىرئەۋە دەپىت پىلى گىرمى ژورى مىنال
گۇجارىت.

تۆۋەنەۋەكان ھەمىشە گىرگى كوتان و شىرەپىدانى سىرشتى
لەكاتى خۇيدا دۈۋىت دەكەنەۋى چونكە دەپىت شىرى دايەك
پارزىگارى مىندالەكە بىكات لەتۈش بۈۋى بەمىكرىت لەكاتى
مىردى كىتوپىدا ھىروھا راسپاردە ئىم دەكەن كەدەزگى
چارەپىر لەۋا مەلەكاندا داپىزىت. بۆ دۈۋىنەۋە زەنگ
لەۋدان كاتىك كەمىندالەكە ھەناسى دەۋەستىت. يان تۈۋى
خىكان دەپىت.

چارەكردىكى تايىپەلى بەگىيى چىنى، گەشەكردى
شىرەپە نەجە دەۋەستىنىت

بۇن - چەند لىكۆلەۋەۋەكى ئورۋى لەۋا چەند دەۋەسانىكى
گىيى چىنىدا مادەيكى كىمىيى يان دۈۋىۋەۋە كەتۋانەيكى
تەۋى ھەپە لەنەنىشتى گەشەكەۋى خانە شىرەپەيەكاندا.
دەكۆر (رالف ھوسىل) لەۋانكۆ (كىسىل سلوتەن) لە
لەۋانەيا، نەسى رالە كىرۋەۋە تۈۋىمى ئىم دەۋەمانە
گىيىيى كەپى دۈۋىت (داجولۇ خىۋان) كە لە (۱۱) گىيى
پىزىشكى ھەمەجۈرە پىك ھاتۋە، مادەيكى كىمىيى تىپايدە،
پىزى دۈۋىت (لەنداپرۋىن) رەنگەكە سۈرە لەۋىيى چۈست
(نەپە) دەپىت، ھىروھا ووتۋىمى كەدەۋەمانە گىيىيەكە
ئاۋىتى (لەنداپرۋىن) تىپايدە چەند مىللەتلىكى جىپازاز
لەۋىنىيىدا، بۆ چەندەھا سال بۆ چارەكردى شىرەپەيى

ۋاتە ئىم دىپاردەيى كەپى دۈۋىت دىپاردەيى
مىردى كىتوپى لەمىندالەندا. ھەرچەندە كەپىشكەكان
نەگەيشتەۋە چۈنىتتى لىكەندەۋى ئىم دىپاردەيە. بەلام
لەۋ بارەۋەدان كەمىردى كىتوپى مىندالى شىرەخۆرە
لەۋىر تەمەنى يەك سالىدا. كاتىك كەلە، جىگەكەيىدا
دەۋىت، بەشىۋەكى سىرەكى لەنەجەمى ھەلەي بارى
ئوستىكەيۋە دەپىت. كاتىك كەمىندالەكە بەسىر
سىكىدا دەكۆر، ماۋى ھەلەۋىنى ھىۋا دانەۋى
(الزىر) پىر لەگازى دۈۋە ئۆكسىدى كارىۋىن زىاد
دەكات، پىچە پەنەي ئوتەكەۋە سىرەكە قەدەۋى
چۈنە دەۋەۋى دۈۋە ئۆكسىدى كارىۋىن دەكەن،
ھەرچەندە كەتۋانەۋى بەكى زۆر لەم بارەۋەۋە
بلاۋكراۋەۋە، بەلام دىپاردەيى مىردى كىتوپى ھىرەكەكە
لەۋىسەۋەكىيەكانى مىردى لەۋا ئىم مىندالەندا
كەتەمەنىان لەنەۋان مانگىك سالىكەيە بەپىزى
راپۇرتى مەلەندى نىشتەۋى ئامارى تەندروستىيانەي
ئەمىرىكى بۆتە ھۆي ۱۰% مىردى شىرەخۆرەكان
لەۋالى ۱۹۹۶دا لەۋالەيەكەگىرۋەكانى ئەمىرىكا،
ۋاتە بۆتە ھۆي مىردى نىزىكى (۳) ھىزار مىندال
لەۋسالىدا (۱۹۹۰) مىندال لەۋالى (۱۹۹۲)دا

نرکیما) به کاربان هیتناوه، زیاتر بوونی خانه کانی
— یحه تدغه دهکات، کهمکردنوهی چالاکی نهمزیمه کانی
— بیر کمپشتی بهسایکلین بهستوه و دست بهسدر دابمش

خوی بهو نهمزیمانهوه ده بهستیت و کهنه گمرو ده خنه بهردم
دابمش بوونی خانه شیر بهغه به به کانی.

هند تاقیکردنوه بهک بز گپرا نهمزیمه ده دانه درهاتوه کانی بز

شوتنی خویان نه گمر ددانی
درهاتوو بهرتته شیر شلموه،
نهمه یارمستی ددان بز
پارزگاری گردنی شتوه کبی و
پاراستنی له لمانا چون ده دات،
نهمه له لایمن پسپوره کانی
پزیشکی دانسه له زمانکزی
(لومالیندوه) له ویلایستی
کالیفورنیای نهمریکی بهوه
دورپات کراوهتوه. پزفیسور لیف
باکلاند ماموستا له کولیجی
پزیشکی ددان ناماژی بز نهوه
کردوه کده شیت سرلغنی سورده
له دانه گمرووه کانی و بهر بهرتتهوه،
نه گمر بهرتته شیر شلموه، همتا
نه خوشه که ده گاته دکتوری ددان.
به ناسایی دکتوره کانی رنمای نهوه
ده کمن که نهم ددانه بهرتتهوه
شوتنه کبی خوی، همتا پزیشکی
ددان دیت. به لام دکتور (باکلاند)
دلالت که نهمه کارکی توانیه
چونکه دم پره له باکتریای نهموتو
کده دانه که له ناوده بهمن همروه ها
نه گمر بهرتته نارینهوه هم
مترسی تیا دایه چونکه له چهند
خوله کینکدا ددانه که له ناو ده چیت.
به لام شیر، لهم باره دا، باشرین
هه لبار دایه. چونکه ماده به به کی
هاو کیش (مته عادل) و خواک پیدهر
به کتریای زیانه خشی تیانه بز
مروفت به شتویه کی گشتی، دکتور
باکلاند له کزیونوهی سالانهی
کومه لای نهمریکی پزیشکانی



ددان دا ووتیمتی، کهنه گمر ددان راسته خو خوی کوشنی
بهرتته شله به کی هاو کیشوه باشره وه له لوهی کبهریاری
و شکبونهوه بکورت.

حینی خاندا ده گرتت، همروه ها دکتور هوسیل. پسپو له
تیرنمه خانه به به کاند له ویاسه دا که گزقاری سروشت
Nature بلاری کردونهوه، روونی کردونهوه کهنه نارینه به

نووستى مىدالان



واشتن:

مردنەكان، لەكاتىكدا كە گيراني لوت و دەمى مىنالەكە دەيتتە
هۆكارى (٢٤%) ئو رۆيەيدە، ھەروەھا تۆزەرەكان گرنكى
دانى ئو دەرمانانە و گوتانانى بۆ پاراستن لە نەخۆشىيەكانى
مىنالەكە گاتى خۆيدا و شىرى سروشى - واتا شىرى داىك -
يان بىرلەش دەريات كەردە، چونكە ھەندى لە تۆزەنە
لەكۆلەنەكان دەريان خست (رونيان كەردە) كە ديارەى
مردنى كۆپ لەو مىنالەندا كە شىرى سروشتيان دەرتىن زۆر
كەمتر و بلاوترە لەوانەى ھۆكارەكى بگيرتسە بۆشەى كە
شىرى مەمك مىنالە لە توشبەنە مەكروپىيەكان بپارزىت كە
ئەمەش لەوانەى مىنالەكە رۆيەروى مردنەكى كۆپ بگات و،
راوتزگارى و رەنمايى داىكان و باركان دەكات كە ناميرەكانى
تاگادار كەردەنەو چاودىرى ناو مىنالە بەكاربەشتن كە لە بارى
راوستانى ھەناسەدانى ئو مىنالەنى دووچارى ھەناسە پەچپەن
بۆ جارىك يان زياتر دەين.

K-I:

نوژدەرە پەپۆرەكان خەلكى لە خەواندى مىدالانى شىرەخۆرە
لەگەل داىك و باوكياندا تاگادار دەكەنەو چونكە ئو كەرە
لەوانەى مەترسى رۆيەروىنەو يان بە خەنگەند بگات و،
تۆزەرەكان لە كۆلەش تەندروستى گشتى و پاكزەردن لە
زانكۆى (جۆز ھۆيكز) ى ئەمەريكى پاش چاوخەنگەندەيان
بە دەرسىيەكانى (٢١٧٨) ھالەتى خەنگەند لە مىنالانى ژىر
تەمەنى يەك سالانەو لەنەوان سالانى (١٩٨٠-١٩٧٧)
دەرياتيەن كەردەو كەوا زۆرتەن ھۆكارە بلاوكان لە
خەنگەندەياندا بىرتىيە لە گيراني لوت و دەم لە ناكامى
پەستاتنى سەرى مىنالەكەدا بوو لەنەوان پىخەف و دىوارداو
ھۆكارى بلاوى دووھەيش بىرتىيە لە كەوتنى داىك يا باوك
بەسەر مىنالەكەياندا لەكاتى نووستندا.

تۆزەرەكان لەو لەكۆلەنەو يەدا كە گۆشارى (نوژدەرى
مىدالان) ى ئەمەريكى بلاوى كەردەو نامازەيان بەودا كە
پەستاتنى سەرى مىنالەكە دەيتتە ھۆكارى (٤٠%) ى ھالەتى

ئامیژکی نهشتهرگه‌ری نوێ که هه‌وکردنی برین که‌م ده‌گاته‌وه

له‌ئێه‌ده‌ن - ق.ب

له‌ (ئێرله‌ندا) نوێدارانی نه‌شته‌رگه‌ری توانیان ئامیژکی نوێی (برین پارێز - دروست بکه‌ن بۆ که‌م کردنه‌وه‌ی نیوه‌ندی هه‌وکردنه‌کان و دووچاربوونه‌ می‌کرووبه‌یه‌کان له‌گاته‌ی نه‌جام دانی نه‌شته‌رگه‌ری به‌کان له‌ هه‌ناویدا. نوێداره‌ نه‌شته‌رگه‌ری به‌کان له‌ زانکۆی (کۆرک) ی ئێرله‌ندی پاش تاقیکردنه‌وه‌ی ئامیژه‌ پارێزهره‌ نوێیه‌که‌ له‌سه‌ر (۳۵۲) نه‌خۆش له‌ئێرله‌ندا کاربهرتی و سوومه‌ندی نه‌و ئامیژیان سه‌لاند له‌ که‌م کردنه‌وه‌ی نیوه‌ندی دووچاربوونی برینه‌کان به‌ هه‌وکردن و کێم و جهرامه‌ت دروست کردن پاش نه‌جام دانی نه‌شته‌رگه‌ری به‌که‌ به‌ رێژهی (۸۴٪). له‌ تۆزیه‌وه‌یه‌که‌یانه‌ که‌ گوشاری (ژێ لانسیت) ی نوێداری به‌لا‌وی کرده‌وه‌ روویان کرده‌وه‌ که‌وا ته‌م ئامیژه‌ پارێزهره‌ له‌ پهره‌یه‌کی پلاستیکی نایارو پێک دێت که‌ له‌ ناوه‌راستیدا کۆن کراوه‌ بازنده‌یه‌کی پلاستیکی نیمچه‌ ره‌قی له‌ ناوه‌راستیدا که‌ له‌ گه‌ل قه‌باره‌ی برینه‌که‌دا ده‌گونجێت بۆ نه‌وه‌ی قه‌راغه‌که‌ی بپارێزێت له‌ لێخه‌شاندن له‌ گه‌ل نه‌نداره‌کانی سک و ئامیژه‌کانی نه‌شته‌رگه‌ری و ده‌سکیشی نوێداره‌کاندا.

K-I

(کا) بۆ دروستکردنی مادده‌یه‌کی نه‌گه‌یه‌نهر له‌ بیناکرندا

له‌ئێه‌ده‌ن: ق.ب

زانا ئهمه‌ریکی به‌کان په‌ریان به‌ ماده‌یه‌کی نه‌گه‌یه‌نهر (عازل) دا که‌ له‌ دروست کردنییدا مه‌تانه‌ ده‌گاته‌ سه‌ر (کا) و ده‌توانیت پله‌ی گه‌رمی به‌ریکه‌تیه‌وه‌ بۆ ده‌ست گرتن و که‌م به‌کارهێنانی سووتهمه‌نی، تۆزه‌ره‌وه‌کان له‌ په‌یمانگی ته‌کنه‌لوژی له‌ ولایه‌تی (ماسا شۆسیتس) ی ئهمه‌ریکی برێک (کا) ی کۆتره‌وان هه‌ناو که‌تیه‌یان (صه‌غ) به‌سه‌ره‌دا پڕژاند و پاشان قالبی په‌ستیه‌روایان (مه‌صوگ) لێ دروست کرد و دایانه‌ به‌ر گه‌رمی، و، ئاماژه‌که‌شی ده‌سته‌بهرکردنی خاوه‌نی هه‌رزاترو باشترو هه‌روه‌ها تاییه‌مه‌نیته‌ی نه‌گه‌یه‌اندیشه‌ی هه‌یه‌ت له‌باتی به‌کارهێنانی به‌ره‌و چیمه‌نتۆی گه‌یه‌نهر له‌ بیناکرندا.

K-I

خێرا لێدانی دل، باری ده‌له‌که‌

ده‌رده‌خات

ژماره‌ی لێدانی دل، باشت‌ترین نیشانه‌یه‌ بۆ ته‌ندروستی ده‌له‌که‌ لوله‌ خۆشه‌کان له‌به‌ته‌مه‌نه‌کاندا. ته‌گه‌ر ته‌م ژماره‌یه‌ به‌رزبوو، ئه‌وا ته‌گه‌ری نه‌خۆشیه‌کانی دل و لوله‌کان زیاده‌یه‌ت و له‌گه‌ل‌شیدا سه‌له‌کانی ته‌مه‌ن که‌م ده‌یه‌تیه‌وه‌.. که‌چی نۆمی ژماره‌که‌ نیشانه‌یه‌کی باشه‌ و ته‌ندروستی پێشان ده‌دات. له‌تاقیکردنه‌وه‌یه‌کی نوێدا که‌ بۆ ۷۶۳ پیاو ۱۱۷۵ ژن له‌ته‌خه‌شتانی (مه‌شیکگ) ی ئهمه‌ریکی بۆمه‌اره‌ی ۱۲

سال کراوه‌. ته‌م دوايه‌دا ده‌رکه‌وت که‌رێژه‌ی مه‌ردن له‌وه‌کسه‌انه‌دا زۆره‌ که‌هێنان له‌ ۸۰ جار زیاتر له‌خۆله‌که‌یدا لێ ده‌دات، و زۆر که‌مه‌ره‌ له‌وه‌کسه‌انه‌ی که‌ ۶۴ جار که‌مه‌ر لێ ده‌دات له‌خۆله‌که‌یدا، بێ گومان باری دروستی و هه‌وکاره‌کانی مه‌ترسی هه‌رکه‌سیان به‌ته‌نها ره‌چاو کراوه‌.

لێدانی دروستی دل له‌نیوان ۶۰ - ۸۰ جار دایه‌ له‌یه‌ک خۆله‌که‌دا، له‌که‌سیکه‌دا که‌له‌پشویه‌کی ته‌واویدا بێت، له‌لاوه‌کاندا ته‌م ژماره‌یه‌، به‌رزتره‌، له‌گه‌ل ته‌مه‌شه‌دا باری دروستی پیاو و نه‌خۆشیه‌کاتیان و هه‌له‌سه‌وکه‌وتیان هه‌وکاری ده‌یکو به‌جێن له‌به‌ریارداندا ته‌م بارده‌یه‌وه‌.

A

داهینانہ نوییہ کانس کو مپیوتہر

ءھوئ بلیتیکی زیرہ کہوہ نوسینگہ کہت دہخہیتہ ژیر

ھیماکانتہوہ

و: ژئیوار - س



(مکون مکنیللی) سوزکی نهغومنی کارگتیری کومپانیای (Sun) ای کومپوتیری ده‌آیت: (دوا جیگاه‌لا کده، کرت کومپوتیری تۆرپندن، لئو هییت برتیه لئو برانی، نوسنگه‌کان، نهو سهرای هیوونی له‌هه‌موو جیگاه‌کی

تردا. نو ناخافتانسی
(سکوت مکیبلسی)،
گوزارشـــ
لپیشکوتینگی گورور
مزن دهکات، کزانستی
کزمپورـــ
لداها توریه کی نزدیکدا،
بهر قایستی ناشنا
دهکات.

يدك لود دستكوتنه
 داهننه راندي كنه
 كۆمپانياي ناوبراو، بير
 لودروســـــــــــــــت كردن و
 بدديهنناني ده گاتسوه،
 بریتیسه له بلیتیک -
 كهپیری دهوترت بلیتیی
 جافای زیرهك - ،
 بیژكدی نهم بلیتیه،
 لوددا یه گلا دهیتسوه،
 گهتو ئیتر - صههست
 لههه کارههنه رانی تاسهه

کۆمپيوتېرىيە كانە - ، بىسەھزى بىلىتى (جاڧا) ، نىسز
لەڭمىشە كانى نىشە كاندا ، پىئوسىت بەھدەلگىرتى نىامىزى
بىر خىرە - جەھاز المفكره - نايىت - ئو نامىزەش يەڭىكە
لەئامىزە كۆمپيوتېرە كان كىتابىتە بىسە خىرە يە كانى موزۇ ،
يان ئوانىس بە كارى دەھىتن وەل خاوندانانى كۆمپيوتېرە
كەسبە كان - ، چۈنكە ئو بىلىتە سىركوتوانە چىڭگىلى ئو
نامىزە دەگىرتىدە ، بىسەئوبە ، ھىموز ئوبى كە ئو پىرەسەيدا
پىئوسىت پىسى دەئىت تابىرانىت ھىموز ئامىزە
كۆمپيوتېرە كانى بىرەدەت ، بىكەتە يان وەرگۈزىت بىز
كۆمپيوتېرنىكى دىئىيا بەكارەئىن - واتە بىن دودەلى
لەڭراپىبونى كارى پىبىكەت - ، ئوبە كە ئو بىلىتە لىنىز
دەستا يىت. بىز ئورنە تىز دەتوانىت لىزورى ھۆتلىكەتە
نىامىزى - Set - top box - كەنىستا لىنىز
كۆمپيوتېرە كەدا ھىيو (بەخوتىرە يىلىتە كانى جاڧا تەزىد
كراو) ، بىز بىسەندە بىرەن بەكۆمپيوتېرى نوزىسەڭگە كەتە ،

به کار بهیئت، گمبلمزوری (وسپ) هو به ستر و تهمه - واته
کومپوتوری نووینگه گهت بهر تویره به ستر و تهمه. همروها
لرنزگه یوه ده توانیت پزستی نه لیکرتزی و بهجیتیتان -
praktik - و تابه ته گانی خو، به کار بهیئت، نهو له گمل

دیتینان لاسر روبیری
تەلەفزیۆنی ژۆرە گەتدا
— واتە — ژۆری
هەتتە گەت - .

(مکيللى) سەبارەت
بەم گۆزئانكارە نوێسى
بەواری بەکارهێنانی
گۆمپیوتەری، لە
ناخافتنە کەیدا بەردوام
دەیت و دەتیت: (ئێمە
دەمانرێت بلیتە گانی
خافا، بەشیوێە یەکل
بەکارهێنین، بەجۆرتک
کەمەر نامێزێکی
پێتگۆزین بۆ نامێزێکی
کەسێ).

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ،
فرمانبـدره کانی
کۆمپانیای (SUN)
ده توانن، بلیته کانی
حافله وارگه لنگی

وله هه‌لگرتنی (غزین) ئه‌وشته‌نی پێیان دراوهرنگا ده‌درت
که له‌ته‌پارغانه‌که‌دا پێیان بیت، هه‌روه‌ها تکه‌ته‌کانی ژمه‌کانی
نان خواردو، هه‌روه‌ها له‌توانای هه‌ر فهرمانبهرکه‌دا به‌ که‌ ئه‌و
بلیته‌ بۆ هه‌لژاردنی ئه‌و نووسینگه‌یه‌ی که‌ له‌هه‌ر رۆژکه‌دا
حه‌زی لێده‌کات، به‌کاری به‌یئتیت. به‌هه‌زی هه‌مان بلیته‌و ئه‌و
ده‌توانیت بگاته‌ کۆمپوته‌ره‌ تایبته‌که‌ی خۆی و پۆستی ده‌نگی
— ناخافتی ته‌له‌فۆنی — هه‌لگیرا له‌ نامێری ته‌له‌فۆنه‌که‌ی،
ئوه‌ش ته‌نها له‌رێگی هه‌ریشتنی بلیتی (جافا) که‌وهر بۆیه‌ر
نامێری ته‌له‌فۆن کۆمپوته‌ره‌که‌ی، له‌نووسینگه‌که‌یدا — واته‌
کاتێک که‌ ئه‌و که‌سه‌ له‌نووسینگه‌که‌ی بیت و، یه‌مه‌رت هه‌ندێک
ئیش یان کاروبه‌رتکی پتیه‌ستی خۆی له‌گه‌ڵ ته‌له‌فۆن و
کۆمپوته‌ره‌که‌ی له‌ماله‌وه‌، به‌جێبه‌یئتیت، یان هه‌ر جۆره‌
به‌وه‌نده‌یه‌کی تر له‌گه‌ڵ ئه‌و ئامه‌رانه‌دا ته‌له‌امیادات .-

نوانی سرود نریش و کارانن، که لگرنی بیتی
(جافا)، دوتان لری به کاره تاناسوه لمر کاتکید



نه و گيايانه ی که

له (فياگرا) باشتړن

ره چته ی چینی - بؤ به هیزکردنی پیاوړتی نه

نه ندانه کانی له ش ی پلنگ و زراوی مار

گياسازه (عشابون) چینی په کان دهالین که ره چته ناسایی په کان خزیان شان له شانی چالاکی مادی (فياگرا) ده دن له چالاک کردنی هیزی پیاوړتیا به بن نیشانی لابه لا (أعراج جانبیه) کرتکارک له کؤ گایه کی گؤ گای چیندا بانگی پیاوړک ده کات لمنیوی تمعنندا، بؤ نموی سهیرنکی شتوم که کانی بکات و پزی دهالیت که نم گيايانه له فياگرا باشتړن، فرممو سهیر که له بازاره قهره بالفه کانی هونگ کونگ دا کؤ گای وا هدی له گراوای گيايه ناسایی په کان و نمندا مانی گيانموره کاند شامزان نمو مادانی که بؤ چاره کردنی همدنیک نه خوشی باشن وه کوو چاره کردنی پدک کموتنی هیزی پیاوړتی، پارچی رووه کو گيانمور له گياي چینی (جنسینگ) وه بیگره هتا دارچینی و کلکی فیله گیتزه (ایل) و گورچیلوی سگ، گياسازه کان دهالین نم درماتانی که له هزاره ها سالوه بؤ چاره کردنی هیزی پیاوړتی به کارده هیزترین دهالیت که شوتکاره کانیان زؤ خیرابیت و یان له مار په کی دورو درژدا هر به کارین. درماتی فياگرا تمناعت بمر له در کموتنی لسمو ره فی درمان خانه میللی په کاند له مانگی شویاتدا همرایه کی له هونگ کونگدا ناوتموه، گومرگی هونگ کونگ دهستی بسمر (۹۲۰۰) قوتوی فياگرا دا گرتوه کافیک که بمر و بازاری رهش دهر ا نمه له مانگی تمموزوه بؤ مانگی تشرینی دوروم له سالی پشوردا رووی داوه. هتا نیستا: ناماری ره می نیه درباری فروشنی نم درماتی که له هونگ کونگموره در دهچیت لؤژر ناوتکی چینیدا (به هیزی رمق) واته: (القوی الصعب). به لام پیش پتای فياگرا به مار په کی دورو درژ، چینی په کان لسمو درماتی همدعز دیان بؤ بهیز کردنی چالاکی پیاوړتی یان هیزی توخمیان به کارهیتاوه وه کو (جنسینگ) و نمنداسی نیرینی پلنگ و زراوه کاله کمی و چپوکی سهیرو سمعروش

درباری نم ناوتتانو هی تر بلار بوونتموه کمهیزی پیاوړتی پتر ده کمن.

لورکاتمدا که هونگ کونگ دهیورت بیتته مه لسمندیکی جیهانی و بازرگانی بؤ پزشکی میلی چینی. درماتانی چالاکی پیاوړتی چینی به ناسایی بهشیوی چایی یان حپ همن گياسازه کان چمند جزوه گيايه تیکم ده کمن و تیکه لاره که له ناودا ده کولینن هتا دهیته شله په کی تالی مهیلو رهش ی نموت که له چایی دهچیت و نار بنار بهشیوی ژم ده خورتتموه. همدنیک جاریش ده کرت به حپ و ده خورت. گياساز (باوشوک سان) که خوی له بنمردا پزشکی شه دهالیت که نم مادانه هوزمورنه کان چالاک ده کمن و بؤری په کانی خرتن فراوان ده کمن و بهشیوی په کی گشتی باری تمندروستی باش ده کمن.

همروه ها وتویتی:

ژمی درماتنه کوش لسمو رادی لاواری یان لاواری پیاوړتی په که دووستیت نه گمر لاواری په که زؤر بیت، واته تیزیت، نه خوشه که له مانگینکدا پنیوستی به (۲۰-۳۰) دهیبت. دهالیت نم ژمه بهر بهر کم بکرت به چاک بوونی باری نه خوشه که هر چمند که پزشکی کان نه خوشه کان له نیشانه لابه لا کانی (فياگرا) وه کوو سرنیشه و تاو ترشه لؤکی گدو کیشه کانی بین، کم ده کمنوه. گياسازه کان دهالین که نم نیشه لابه لایانی درماتنه چینی په که زؤر کمن، له مانمش گياساز (یاو) که دهالیت درماتی چینی بؤریه و دهالیت که درماتی چینی نیشانی لابه لای نیه. هر چمند که همدنیکان دهیته هوی همستداریتی همدنیک له گياسازه کان ناماره بؤ نموش ده کمن که درماتنه کانی چاره کردنی پدک کموتنی توخی چینی دهالیت بهشیوی په کی گشتی سودیشیان بؤ لهش هه بیت وه کو بؤ دل و گورچيله و نرم کردنوهی رنژوی کؤلیستؤل له خوند.

که چی گياسازه کانی پزشکی خؤر ناوایی گومان له درماتنه چینی په کانی هیزی پیاوړتی ده کمن بمر بؤنیموه (پتسر شان) پسؤری گوره له بشی نهشتور گوری و رجا به کانی سیر له خسته خانی (نمیریلز) له زانکوی چینی دهالیت:

گمر نم درماتانه کاریگرمین یان؟ نیشه که لسمو نموه و ستاوه که نایا پزشکی چینی لسمو بنکه په کی زانستی یانه و ستاوه یان؟ وه من هیچ درماتنیکی چینی نازام که بنکه په کی زانستی یانی هیت و تاقیکردنم لسمو کردیت بؤنیموه بزام که کاریگرمه یانه؟

(ک)

• بزوینەر بە گازى سروشتى

ھەكەندەھە

— سەھىر دېزىل بە گازى سروشتى كاردەكات، ھەتتا ئىستاش
— تەجىنەكان بە بزوینەرى دېزىل كاردەگەن، ھەرچەندە ئو
— سەھىر سەھىتى باشىيان زۆرە، بەلام ژىنەگە پەس دەگەن،
— دىۋايەنەدا كۆمپانىيە (Westport) ى كەندى
— سەھىر دىۋست كەدوۋە كە بە گازى سروشتى و كەمىك
— سەھىر كەدەكات، ئىستاش ئو بزوینەرە لەسەر پەسەك
— سەھىر ھەممان چوستى بزوینەرە دېزىلەكانى تر كاردەكات و
— سەھىر ناكات، ئەمە جگە لەۋى لە روى ئابورى پەس
— سەھىر ھەززانقە لە گازولەن، ھەزىيە نىياز ۋايە كە لە
— سەھىر داھاتوۋە ئو تەكنىكە نوۋىيە بگاتە ھەمە
— سەھىر ۋە ژىنگە بە پاكى رابگىر، چونكە مەھەستى سەھىر كى
— سەھىر تەنە پاك راگرتى ژىنگەبە.

• مەكوكىكى فەزايى

بچووك:

— سەھىر تەنەكى روى ئىستاش ھەزىكى دىۋست كەندى
— سەھىر تەنەكى فەزايى بچووكە، كە لە سەھىر پەشتى فەزەكە
— سەھىر تەنەكى فەزە، بىيەن تەنەكى ئو كۆمپانىيە كە
— سەھىر تەنەكى تەنەكى تەزەبەن، لەم رەنگەبە تەنەكى مەنەكى
— سەھىر تەنەكى دەرەۋى زەۋى بىيەن تەنەكى ۋە تەنەكى كەندە
— سەھىر تەنەكى تەنەكى بىيەن، تەنەكى ھەمەۋى بە مەسەفەنىكى
— سەھىر تەنەكى كە لە تەنەكى تەنەكى تەنەكى، بەپەن تەنەكى
— سەھىر تەنەكى تەنەكى تەنەكى كە قورسايەكە (۹) تەنەكى بىيەن
— سەھىر تەنەكى بىيەن، بىيەن فەزە بە مەسەفەنى تەنەكى (۶۰۰)
— سەھىر تەنەكى، كە بىيەن ھەممان كەدە مەسەفەنى (۱۲)
— سەھىر تەنەكى تەنەكى بىيەن، مەكوكە لەسەر پەشتى
— سەھىر تەنەكى كە لە جۆرى (ئىنتەۋىف AN 124)
— سەھىر تەنەكى كە چاكسازى مەسەفە تەنەكى تەنەكى لەلەين
— سەھىر تەنەكى تەنەكى تەنەكى فەزەكى (مەھىيا) بىيەن تەنەكى
— سەھىر تەنەكى فەزايى بىيەن دەرەۋى زەۋى.

• شىۋازىكى نوۋى بۆ

چارەكەندى تەنەكى ھەمە:

— نوۋەدە ھەمەسەۋەكان ھەنگارى باشىيان نەۋە بىيەن چارەكەندى
— نەۋەشە تەنەكى ھەمە كە تەنەكى بىيەن چارەكەندى، لە ھەمە
— نەۋەشە تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— نەۋەشە تەنەكى مەمورى (Memory Clinic)، كە بىيەن تەنەكى
— لە سەھىر تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— ۋە تەنەكى تەنەكى تەنەكى، ۋە تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— لە يەك ساتدا ۋە تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— زانبارى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— نوۋەدە ھەمەسەۋەكان بە تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— تەنەكى چارەسەرى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— خراپى كەم بىيەن.

• تەنەكى نوۋەشە بىيەن ۋە پەس

بىيەن تەنەكى:

— رەۋىزكارانى ھەمەسەۋە سەھىر رەۋىزكارانى تەنەكى تەنەكى
— نوۋەشە بىيەن تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— مەھەبە ۋە زانبارى سەھىر تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— كە بە (تەنەكى سەھىر تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— ماددە تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— سەھىر تەنەكى ۋە تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— دەرەۋەن كە سالانە زىادە لە (۱۰) ھەزار تەنەكى تەنەكى
— تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— سەھىر تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى
— تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى تەنەكى

رووى نوێى زانستى لە ۋاپۆن

و: قادری حاجی عزیز

وابستەییە بەدواداچوون و تۆزینەو نوێ کردنەو زانستەو بەتایبەتی لێرووی تەقەمەنیەو لەناوەندەکانی تۆزینەو دا سا ئایا لەنێوخۆدا بێت یان لە دەرووی وڵات ئێو پێشماسزیش لە ۋاپۆن دا زۆر بە خێرای پێش دەگەوێ بۆیە دەبێت پشت بەو زانایانە بێسترت کە لەنێو خودی پێشماسزییەکاندا و لەناوەندی تۆزینەو پەرەپێداندا گاردەکەن.

دیارە ئێو هەنگاو بەپەلەیی یەکم دیت دواى ئێو پشت بەو زانایانە دەبەسترت کە لە زانکۆکاندا لێپەلە دووم دا پشت بەست بوانەى کە لەنێوەندی تۆزینەوکاندا پسپۆز زانان و بەلام سەرە میرین.

لە ۋاپۆن دا بەهۆی بارى نالەبارى میرى ۋاپۆنىیەو گەلێک جار میرى ناتوانیت خەرجى ئێو تۆزینەوانە داوین بکات بەهۆی بەرزى رادەى تێچوونیانەو، زانکۆکانیش ديسان لە ناستى هەمان کێشدا رەقسن و لەگەڵ پێداوێستى پێشماسزىدا ناگرێن چونکە ئێو پێشماسزىانە مانگانە لە گۆراندان جا لێرەدا پێشماسزىیەکان دەبێت خەرجى ناوەندە نوێکانى تۆزینەو داوین بکەن و پشت بەیەکەکانى تۆزینەو پەرەپێدانى تایبەتى بێست کە لەگەڵ یەکدا پەيوەندیدارن، وڵاتى ۋاپۆن ئێمە پارەیکى زۆر بۆ پشگى تۆزینەو زانستى خەرج دەکات کارى دەستانى ۋاپۆن چارەکیکى ئێو پرە پارەیکى کە لە بودجەدا تەرخانى کردووە بۆ خەرجى گشتى دایناو بۆ تۆزینەو زانستى.

ئەجەمەنى زانست و تەکنەلۆژیای زانستى لە ۋاپۆن کە لە (۱۰) کەس پێک هاتوو سەرزک وەزیران سەرزکایەتى ئێو

تا ماریەك لەمەبەر بەرەمى پێشماسزى ۋاپۆنى لە وڵاتانى رۆژئاوا دا گاتەى پێدەکرا چونکە ۋاپۆنىەکان بەشى زۆرى تەکنەلۆژیای پسپۆزى لێرووی پێشماسزىدا لێرۆژئاواوە دەبردە ئێو وڵاتەو، یەکم هەنگاوى ۋاپۆن بەلاساى کردنەو دەستى پێ کرد، تەنانەت کار گەشتە ئێو دەیکى کە رۆژئاوایى بەکان ۋاپۆن بەو تارانباریکەن کە هەمیشە لاساى دەکەنەو داھێنانیان نە لێرووی پێشماسزىیەو.

بەلام دوابەدواى ئێو ۋاپۆن قۇناغىکى نوێى دەست پێکرد کە بریتىبوو لە قۇناغى داھێنان و دوابەدواى ئێو ش کەوتە مەملەتێ لەگەڵ رۆژئاوا دا تاكو واى لێهات لە زۆری پێشماسزىیەکاندا پێش رۆژئاوا کەوت بەتایبەتى لێرووی چۆنیەتى و تۆکەبى بەرەمەو دواى ئێو پرسیارى ئێو دەکرا داخو قۇناغى ئایندەى ۋاپۆن لێرووی زانستى دا چۆن دەبێت و پێداوێستى بەکان چۆن بۆ گۆزەنەو بۆ ئێو قۇناغە؟

دیارە وەلام دانەو پرسیارىکى لێوایەتە هەروا ئاسان نەبوو بەلام هێندى هێندى پێشماسزى ۋاپۆن بەشێوەیک نەشونای کرد کە هەموو بێو بۆچوونىکى رۆژئاواى تاساند لەپێش هەمووشیانەو (پاکانى داھێنان) هەر ئێو بۆ واى لە ۋاپۆن کرد کە ئاوپ لەخۆى بداتەو پشت بێستت بە توانای خودى زاناکانى لەمەبەر خۆیان لێرووی پێشماسزىدا بێت یا لێزانکۆکاندا هەر لێو ئێو بۆ پێشماسزى وەرچەرخانىکى سەیری بەخۆسەو لە پشت بەستنى بەهێزى گرێکارانەو رووى کردە چەکرەنەو زانست و رۆشنی پێشماسزى و بێرێوەردن وەکو پێشماسزى ئەلەکترونى کە بە پەلە یەکم

ئەتۆمى و چۆنىستى كارى دەمارەكان لەكاتى گۆزنانىمۆى زانیاری بەكاندا.

لە ژاپوندا گرنىگىەكى زۆر دەدىن بزانستى تەنەكان و سىيامىك و سىرگىمى ئەون كە سىيامىك لە دروست كردنى پارچەكانى ئوتۆموبىلدا بەكارهێنن جا لە پىلاگ دا (شمعات القدح) بىت يا لە بشەكانى ترى ئامىرەكاندا بن، ھەندىن بارى لىبار ھەبە لە ژاپۆن دا كە پىارىدەى زاناكان دەدات لەكارەكانىياندا لە پىتش ھەموو پەندە ئاسان كردنى بوار و ھەرفەست بۆ زاناكان لەلایەن دامەزرادە زانستىيەكان و زانكۆكان و ھاركارى كردنى نىتو خۇيان دا دامەزراوى سىربازى نىيە يا ئو دامەزراوانى كە تۆژىنمۆى نەيتى تىدا دەكرىت وەكو ئەوى كە لە ۆلاتە يەكگرتووەكانى ئەمىرىكا دا كرىت بۆيە ئىمە دەتوانن ئەفامى تۆژىنمۆەكان بىسرىستى و تۆژى لىسەر بگەين لەگەڵ سامۆستىيانى زانكۆداو سىرىستى تەواومان ھەبە كە تۆژىنمۆەكانمان بۆلۆبەكەينمۆ.

بەلام ئەگەر ھاتو تۆژىنمۆەكان پەيوەندىيان ھەبوو بە پاكانىيە داھىتەنمۆە ئىوا بىلۆى ناكەينمۆە تا ئىوكاتىيە كە (پاكانىيە داھىتەن) كە تۆمارەكرىت ھەروەھا بەوشىوئە لىسەرى دەروا دەگىت:

(پىوئىستە تۆژىنمۆەكان ھان بەدەين بۆ گەت و گۆكردن لىسەر ئەفامى تۆژىنمۆەكانىيان بىسەروەمىيە چونكە ئىو دەبىتە ھۆى ئەوى كە پىوئۆچوونىيان باشتر گەشەبكات ئىمەيش زۆر دەگەين ئەبىت دەست ناخەيتە ئاوكارەكانىيانمۆ.)

زانا ژاپۆنىەكان لىپىشەسازىدا باورەيان بەو ھەبوو كە دەبىت كۆمەلگەيەكى زانست خوازى كراو ھەبىت كە دەبىتە ھۆى گەشەبىنى و كامەرانى لەلای تۆژىنمۆەكان، بە نەيتى گرتنى تۆژىنمۆەكان لەوانىيە ئاوادەيەك سورد بەخش بىت بۆماوئەيەكى كورت خاين بەلام تاسەر بەردەوام نایىت گرنىكى دان بە تۆژىنمۆى رۆوت لەو ۆلاتەدا كەلگىنكى زۆرى ھەبە بۆ نایندە چونكە ئو تۆژىنمۆە بۆ سەدى بىست و يەكەمىن دەبن زاناكانىش لەو باورەدان كە ئو تۆژىنمۆە لىم كاتەدا ئەفامىكى ئوتۆى نایىت ئىو رۆكارى زۆرىيە تۆژىنمۆەكانە لىبوارى كارامەيى و زىرەكى دەستكردا ھەروەھا سىيامىك و نىمچە گەيەنمۆەكان كە ژاپۆن كەلگىكى زۆر زىاترى لە ۆلاتە يەكگرتووەكانى ئەمىرىكا لى دەبىن.

لەلایەكى تىرشەو زاناكان رۆيان كەدۆتە بەكارهێنانى (سلىكۆن) ى شىو بەلورى لە دروست كردنى شانى ھەتارەداو ئىوان پەولە ھەموو كەستىك لەژمىريارى گىرفاندا بەكارەيان ھىتا كە ئىستا لە رادىۆ ئامىرە و دەكاندا بەكارى دەھىنن كە بە ۆزى خۆر كاردەكەن تا واى لى ھاتو.

ئەزمۆونىكى ئوئ بۆ ھاندانى زانستى دواپۆژ، پىشەسازى ژاپۆنى برىتىيە لە ژمارەيەكى زۆر لە كۆمپانىيە تايبەت بەخەرج كردن لەرەى تۆژىنمۆى زانستىدا ھەروەھا ۆزارەتى پىشەسازى ھاندەرە بۆ پشتگىرى كردن لە تۆژىنمۆى تەكنەلۆژى بۆ ئىمە مەبەستە مەلەبەندى پىشەكۆتۆى لىكۆلېنمۆى تەكنەلۆژى ھەبە كەھەلدەستىت بە پەريەندانى تەكنەلۆژىيە ھارووە لە دەرووى ۆلات و لىكۆلېنمۆى تەكنەلۆژىيە جىھانى بۆنمۆى لە نایندەدا پشت بە تەكنەلۆژىيە ناوخۆ بىستىت لەو بوارەدا سەركۆى بشى تۆژىنمۆە لە كۆمپانىيە (NEC) دەگىت:

(ئىمە ناتوانن چارەپۆى دەروە يگەين كە گىروگرفتەكانمان بۆ لایەن بەلكو خۆمان بارىكى وابەيتىنە كاپمۆ كە يارمەتیمان بدات لەداھىتەندا)

ئو رۆكارە ئوئىيە واى لە كۆمپانىياكانى ژاپۆن كە بەشى زۆريان مەلەبەندى تۆژىنمۆى خۇيان داھەزرتن كە كارى سەركۆى برىتىيە بىت لە تۆژىنمۆى زانستى رۆوت، ئەمەش لەلایەن كۆمپانىيا گەورەكانى ژاپۆنمۆە وەكو (ھىتاشى) و (سانىي) و (ماتسوشىتا) پەيروى دەكرىت، كۆمپانىيە (ماتسوشىتا) و (NEC) خاوەنى تاقىگەى تۆژىنمۆى و ھەمان كە بە سەدان تۆژىنمۆى تىدايە، جۆى خۆيەتى ئىوئى بلىن كە ژاپۆن لە رۆوى ئاوپدانەرەيەو بۆ تۆژىنمۆى رۆوت زۆر لەمىرە ھەولت داو كە مېتۆەكەى دەگەرتەو بۆ سەدى نۆزدەيەم، ھەروەھا گرنىگىەكى زۆرى داو بە ھەلپەزاردنى بوارە زانستىيە سەركەيەكان كە دەشنى لىبوارى بازىرگەنىدا بۆماوئەيەكى دەرژخاين جەبەجە بكرىت لىرەدا دەبىت باسى زانستىيەك بكرىت كە ھەروە زانستى مېكانىك و ئەلەكترىك ئارەستى يەكتر دەكات و پىسى دەوترىت (مېكانۆئەلەكترىك) بۆ دروستكردنى جۆرەھا ئامىرو رۆبۆت و لەلایەكى تىرشەو ھەولت بەردەوامە بۆ پەريەندانى (ژمىريارى ئەلەكترۆنى) و ئىو كۆمپىوتەرانى كە پشت بە گەيەنمۆى لە (سلىكۆن) دروست كراو نابەست بەلكو پشت بەست بەكارلېككردنى كىمىيارى كە دەتوانن بەھزى ئىوئە زانیارى كۆيكتەو لەكاتى پىوئىست دا بەكارى بەيتن وەكو كارى ترشى ئەتۆمى لەشانى زىندوودا كە زانیارىيەكان كۆدەكرەو داوادەكرىن بەھزى پىوئىست و ترشى ئەمىنىيەو، لەگەڵ ئىوئەدا ئو تۆژىنمۆە نابە ھۆى دروست كردنى ژمىريارى ئەلەكترۆنى كە ھەنگارىكى زۆر گەورەبوو پەرو پىشەو.

بەلام دروستكردنى ژمىريارى ئەلەكترۆنى زىندەگى دەبىتە ھۆى ئەوى كە پىارىدەى زاناكان بدات بۆ زانىنى كارى مېشكى ئادەمىزاد و چۆنىستى كاركردنى ترشە ئەمىنى و

پرزۆی گوروی پیشمسازی، هر لم شاردها باشرین
 هاریکاری همیه لمنیوان زانای زانکۆکان و زانیانی
 پیشمسازیدانوانی سەرلو شاره ددهن دهگنه بویهکی وا که
 هر زانیایه خۆی چی بوو و چی پێخۆش بیت وادهکا. بهلام
 لهراستیدا وانیه چونکه ستراتیژی تۆژینهوهکان لم شاردها
 لهلایمن مێرو و کۆمپانیاگهروهکانهوه دادپێژترست و زۆر
 زیرهکانه جی بهجی دهکرت، هر زانکۆ پهیمانگایهکیش پێسلان
 و نهخشی تایبتهی خۆی همیه بۆ نمونه له پهیمانگای پێنجهم دا
 که خهریکی تۆژینهوهی تمهه نائهمدامی بهکان، توێژهرهوهکان
 دهین بهجهمند گروپهکهوه هر گروپهکشی لهوانه زانیایه

سرو کرایمتی دهکات و
ناماهی تابعتی خوی
همیه که له مارویه کی
دیاری گراودا ده بیت به
نهقام بگه می نرت.
ته گمریه کیتک له
گروپانه سرو کروتو
بسو له کاره کانیا
له ماروادیاری گراودا
ده بیت سرو کی
گروپه کانی تر له کار
بخرت چوتکه
سرو کورتیان بده دست
نه هیناوه له جینگای
لوانی کومه لنگی تر
داد نرتن که شایستی
له پلهو پاییه سن
دروشینک همیه که
له پیش ده می
سرو کرایمتیه
زانستی به کان
داد نرت که ده لنت:

(پنویسته که تو داهینرکی زانستی بیت)
 زانا سبرگوتروه کان لم شارددا دوی ماویهک
 ده گونرتتوه بز مهیدانی پیشسازی چونکه نه ژاپزندا نهر
 مهیدانانه پنویستی به کامرایی و شارهزایی به کی تروا هدیه
 بزیه همیشه زاناکان به لای خورانددا راده کیشن لبرئوه
 ده بیتن شاری زانستی همیشه لاره خوتن گهرمه کان ده گرتنه
 خوی بزئوری لونددا بهتوایی بز یگمن و تریگمن چونکه نهر

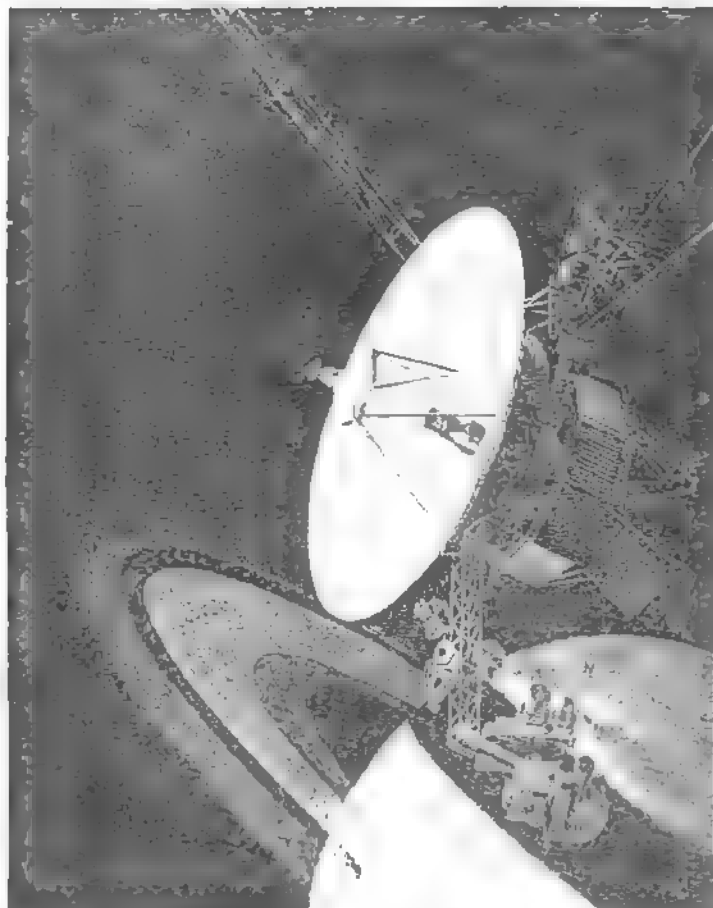
• سببی (سابق) مانگانه به ملیونه ژمیریاری گیران
• عذر کارده کات بنیرته دبره و کوی شو هیژی
• شانه نه وزی کاره یادا برهمی دینن له سالتکی
• (۱۹۸۰) دا نزیکي (۳۳) میگاواته برهمی جیهانی
• داینمژدا هو له همان سالتا بز غونه گه یشته
• میگاوات لو بره وزیه (۶۶) میگاواتی هی ژاپون
• تریشی هی نصریکو لو رویانو به گشتی.

۱. دید کاری موزنی لئو ماویه دا نه بام دا په گمیان
۲. په د نه دوست گردنی شاری زانست که ده کور ته
۳. و نه مگر زوی بهک دوست گراوه به یان تابی

۱۰ - هزار هکتار و
 ۱۱ - نه نه توکینو
 ۱۲ - کتی خوی له
 ۱۳ - کتی شست دا
 ۱۴ - تینگ گه لینکی
 ۱۵ - رست کرابون
 ۱۶ - هرهره برهویان
 ۱۷ - تارگو بونه
 ۱۸ - خجیه کی نوی و له
 ۱۹ - کتیا هندی
 ۲۰ - میری زانستی
 ۲۱ - محووی یز دابین
 ۲۲ - هرشارده به
 ۲۳ - نای ژاپونی
 ۲۴ - کفن کباباره
 ۲۵ - کتی زانستی دا
 ۲۶ - هرهره گه لینک
 ۲۷ - نکروز
 ۲۸ - کنگا دابش
 ۲۹ - هرهره
 ۳۰ - هرشارده
 ۳۱ - نه زانستی

ب- تگيقي بدنهوه، ئىمانه تشکړا بهرو پيش چوون تا
ده، گوډا بڼ توژينهوي ريووت کړا له ژاپون دهکات له
خسې شمشوې دهولمتاني جهان بڼت.

و محبستی زیاتر شادمانی پیدا کردن له زانست و
- محبت دا زانایانی نم شاره پمیتا پمیتا دهنترین بق درووی
- محبستی خورندن و راهینان یا بمشیوی حق ترخان
- محبت له کاتیکشدا که ده گمزنموه ولات سریمستی
- همه که بهره به تو زنموه کانیا بدن بق به ده غم دانی



کاتی زور بوونی پیس بوونه کور سرجاوی پیس بوونه که بروننی تاشکرا ده کات بویه ژمیریاری نهله کتونی ده توانیت و مستجهین و نسی شو پیس بوونه بدات بده مستوه بویه ده توانیت لیکولینوی قوولی لیسر بکرت و نموی شو پیس بوونه به ژمار بدات بده مستوه.

له لایه کی ترهه تۆزینره له شاری زانتس دا لیسر رووه کی سروشتری به بۆ به کارهینانیان بۆده رمان و زساتر له (۵۰) ولاتوه نمونه کۆکرا و مستوه لهوانه نزیکی (۲۰۰) جۆر رووه که مستیشان کران که کارتیکی پزیشکی باشیان بۆسر نه خوشی هیه به یوپی به زیاتر له (۳٪) ی شو دره مانانی له ژاپون دایو به کار دین له رووه کی سروشتری و رگمان.

له ژاپون سهرکوتروانه هستان به دروست کردنی چندان کۆمه لگای زانتس و تهکنه لۆژی یه کیک لهوانه له دورگی (کیوشو) دایه که پیی دهرتیت دورگی سلیکون لیسر کارخانمی نهله کتونی هیه شو کۆمه لگایانه لیسر دوو بنما دامعزاون، یه کمیمان بریتی به له هاندانی زانا لاوره کان و تازه ینگه یشتوه کان ههروهه تهندازیاره کان بۆشوی له شاره قهرهبالقه کان دورگه نمونه لیم شوتنه اندا کاری خۆیان به نه غام یگه یخن و هه لوتشدا پیوستیه کاتیان بۆ دابین ده کمن له پوی زانتس و کۆمه لایمی و نابوری یوه.

دوه میمان نهویه که بهر بوی پیس سازی ده توانیت بگۆزیتوه بۆ هه مو بازاره کانی ژاپون و جیهانی بویه وه زارعی پیس سازی تاسان کاری باش یتشکش به کۆمپانیای کانی نهله کتونی ده کات و شو کۆمپانیایانی که لیسر بنما به کی زانتس بهر میمان وه دست دین و ده که تهکنه لۆژیای زنده گی بۆشوی له شاره گهره کاندایه مین و روو بکهنه شو کۆمه لگایانه که مه لهنده کانی تۆزینویه یان تیدا یو به توانترین زانا و تهندازیاریان تیدا کۆبۆتوه بۆشوی هه رچی شاره زاییان هیه به خه نه بهر دهم کۆمپانیایا پیس سازیه کان شو کۆمه لگایانه دا زانکۆیان تیدا دروست کراره بۆشوی رنمای پیشکش به کۆمپانیایان بکمن.

له لاشوه زانکۆکان سوود شو بهر پاره وه ده گرن که کۆمپانیایان دیان داتن ناسایی شو کۆمه لگایانه تنه ها نه وه نه که رنمای بدات به کۆمپانیایان به لکر له وه زیاتر ده یوت زاناکان له ی کۆیکاتوه کۆمیل و کسانیک پیداباکات که خاوهی هه مو پیس بویه پیوستیه کان بن و کاره کیان بریتی به له پهره ی تانی تهکنه لۆژیای تاینده واکو زانتس تاسان و نهله کتونی و نهله کتونیای زنده گی و

شاره له راستیدا ناول و ناره یزکی کۆمه لگی زانتس به که ژاپون ده یوت له زوری شاره کاندایه دروستی بکات.

له پوی تۆزینویه تهکنه کانه وه ژاپونیه کان توانیویه له مه لهنده تۆزینویه (مستوکایا) نه لاسی کی ده ستره دروست بکمن یا به نه لاس روو کشی هه ندی له تهکنه کان بکمن، جگه له وه توانیویه نه لاسی ده ستره دروست بکمن، دیاره ههروهه له پیشتوه و تان سالانه به سدان پاکانی ده یان شو مه لهنده دا تۆمار ده کرت.

له پوی پیشبینی بووه له مرهه تاقیگی تۆزینویه بووه له مره هه لده ستیت به دواد اچوون و لیکولینویه جۆریه جۆر بۆ تاشکرا کردنی پیش و خشی بووه له مرهه بۆ شو مبهسته نامیری وریا کردنه وه پیشتوه خیان دانا له ده وریه ی تۆکیو که ده توان سهره ندی رووه دانی بووه له مرهه بکمن و هستی پی بکمن پیش رووه دانی به ماره یه کی زور، شو ئیستگانه له ده وریه ی تۆکیو داتوون ده توان زانیاری شوو پیشکش بکمن له ماره ی له رینه وه ناسایی به کانه که له ناره وریه ی زوری یوه رو ده دن، شو زانیاریانی کۆی ده کهنه ده ده دن به ژمیریاری کی نهله کتونی ناوه ندی له یه کیک له تاقیگه کانی مه لهنده تۆزینویه بووه له مرهه له شاری زانتس دا له نه جایی شو تۆزینوه زاناکان له مه لهنده تۆزینویه بووه له مرهه وای بۆ ده چن کوا بووه له مرهه یه کی به یتر شاری (سیکورا) ده گرتوه که (۷۰) کم له تۆکیو ده وریه.

تۆزینوه کانی تری شاری زانتس له ماره ی پیس بوونی ژینگه به زاناکان توانیویه که نامیری ناردنی تیشکی لیزه لیسر باله خانه یه که ده یوتن که له (۸) نه ویم پیک هاتوه که شو نامیره ش پهره ندی به یه کی کۆکردنه وه زانیاری هیه به وه ی ژمیریاری کی نهله کتونی یوه که زانیاری کۆده کاتوه و نه خشی شوو پیس بوونی شوو وه ده کیش و ناوچه کانی له سهر دیاری ده کات نامیری لیزه و کیش هه لده ستیت به ناردنی (۲۵) له رینه وه لیسر چرکه یه کدا که رووی ده کاته تۆکیو هیزی شو سهر چاره ییش (۳۰) واکه شو گهره دیلانی تیشکه کانی بهر ده کوی ده یانگیتتوه له لاین ته لیسکۆیکوه و بهر ده گیتتوه که بهدوری چاگی لیزه که وه نه تیشکه دووباره بوانه ده گیتتوه هیزی که ده یوت و به ژماره ده یاده ژمیریاری نهله کتونی.

سوودی لیزه هه چهنده بهرنگه به کی ناسایی به بۆ پوانی پیس بوونی ژینگه به لاق که لیکنی زوری هیه چونکه تیشکی لیزه له وریه یکان پان و بهریندا ده توانیت شو پیس بوونه بیوتی له گه ل نه وه شدا و نه یه کی زیندوی شو پیس بوونه

په ټولنه كډونك و زېره كې دستگړه و دروست كړونې
په ټولنه كډونكې و زانباري په كان، لسو هسره
نمونه پرته بریتین له ناوخته بونې گهلی پمپوړي زانستی و
مخبري نهموش نهمونكې ناوازه په لسو جزوه له
مخبري جیهاندا چونكه هاریكاري كې توندو ټول هډه
مخبري - وندې ټولنهمو زانكوكان و دزگا پيشه ساز په كان
مخبري پمپوړي په زانست په كان په لك ده گرن لمړي په لك
مخبري كه نهموش ته كنه لوزيای دواړو.

په ټولنه گرنكې په كې زړه ددريت به نامار بهتاييتمې له
مخبري پزېشكي وا لوندې مه لېندې نهموایيتمې بؤ ټولنهمو
مخبري شير په جبهه هله دستيت به ناماده كړونې گه لېك نامار
مخبري لسو نهموشې بېره له نه هيامدا گه پشته لسو
مخبري شير په جبهې گده له ژاپوندا گه لېك زړه دواي لسو
مخبري سي په كان ديت به پيشه واندې ولا ته په كگرتووه كاني
مخبري كه رڼوې توش بون به شير په جبهې سي زړه تره له
مخبري توش بون به شير په جبهې گده، له ۵۳٪ ي دانيشتواني
مخبري توماري پزېشكي توماريان هډه سالانه بؤ هډه كېك
مخبري تيدا تومارده كمن.

مخدان مه لېندې نهموایيتمې له ژاپوندا هډه كه به
مخبري مخبري ټولنهمو جگه له ناماري تاييتم لېباري
مخبري خوشياني كه به بېره دواي له ژاپوندا هډن و په يوندي
مخبري خوشيانه به شونهمو اوږو څو راكوه له هډولي نهموشدان كه
مخبري پېر پېندان و به كار هيناني ژميرباري ته له كډون په
مخبري نه داهاتوودا كار كې وا بگن كه نو تومار زانست په
مخبري دانيشتواني ژاپون بگرتووه.

زانت لسو بندهايه كه كومه لگاي نهموړي لسو
دست ديتو بهموي لسو بهر پيش ده چيت و توانستې
نهموړي و سرپازي نشو نما دهكات لسو دولتيانې كه لم
ستر په تن ناگن ستمه كه شون پېر په كان هيت له
جېني نهموړدا ناشتوان ژبانكې گونجاو بؤ هاولاتياني
هډن بكت، ژاپون په كان له ميژه لسو راستي په يان دوك پي
كړده له گڼ نهموشدا كه توش چورم و نهموایيتمې هاتوود
تو ناي سرپازيان كمسو تابوريشيان سنووداره كېچي
كړنكي وايان كړدوه كه ژاپون بېتته ولايتكې خاوم هيتي
نهموړي زه بلاح و بېره دواي له گموره بون و هلكشاندایه
نهموړي جن په دولتته گموره كان لينر بكت لمنو مالي
خزياندا.

پينستې مهيلو رهش توش بون به نيغليجي له زوكي (الشل العاشي) دود دهخانه وه

نو كسانې كه رهنگي پينسته كيان مهيلو رهش گمونه غوړشي
نهموش نيغليجي لسوړي (پاركنسون) دېن. نهموش
لېكولنهمو په كې نوي دداني پيدا ناره له كډونهمو حالاندي نهمو پياي
زانست په هماره كاني نهموړي دا. دكډو كارولن تار پمپوړي
زانست په هماره په كان له پيتانگي نيغليجي نهموړي له كاليغزيان.
بون كړدو كه مخبري توش بون به نيغليجي لسوړي
(پاركنسون) به پي نېر كه دهكات نهمو نهموشدا كه بؤ په كې ټولنهمو
لېكولنهمو هډه، لېكولنهمو كان. دواي تر ټولنهمو له (۵۰) كس
كه تازه توش نهموش په بون و (۵۰) كې تر كې توش نهمو
بون، بؤ په پينسته كانيان پېتو بهرنگي دوزينهمو پي نهمو ميلانين
كه له پينسته كندا هډه لېكولنهمو خوارو پي نهمو هډه كيتيكاندا.
دود كډووه كه شونكاري (پاركنسون) بؤ په كه ديسا بؤ له مرونه
قواري په كان و نهموړي نهموړي په كاندا. هډو هډه نهمو كان وايان
ده خستوه كه نرم بونهمو بهرني ۴۰٪ له مخبري توش بون نهمو
نهموړي نهموړي په كاندا نهموړي كه سؤ په كې پيتي توش بون
هډه. كېچي نهمو نرم بونهمو بهرني ۶۰٪ له قواري بوندا كه
نهموړي پيتي توش بون هډه.

(K)

دوژينه وهې دوو جوړي نوې

ديناسوره كان له ولاته

په كگرتووه كاني نه هريكادا.

واشنتون. ا. ف. ب.
هډنك لسو زانايانې كه له هډه كاني بهر له ميژوودا
پمپوړن چمنده هډه په ك بهر له نيتا له كليفلاندي ولاته
په كگرتووه كاندا بلازيان كړدو توموه، كه پاشادي دوو
ديناسوريان دوزيو توموه. نهم دوو جزوه هډه نيتا
نهمو سرون و ميژووه كيان ده گرتووه بؤ نهمو سډ
مليون سال له هډو پروفيسور جينس كيرگلانده
زانكوي يوتا وتوړيتمې كه ده شيت نهم دوو جزوه
گموره ترين، نهمو ديناسورين له پولي (نېكليوسور) ي
زړندار كه هډه نيتا دوزيو توموه.

(K)

پاراسايڪۆلۆجى چىيە؟

ئەندىرا محمد حسەين



تەنچە پاراسايگۇلۇڭى) لە دوۋېش پىتەك دىت، (پارا) واتە
تەنچە تەنچىت.. (سايگۇلۇڭى) واتە زانستى دەروڭ،
سەي پىگمە ئەم واتايە دەدىن بەدەستەۋ (تەزكى)

—سىمىيەك بۇ ۋەشەنى ياراسا يىگۈلۈڭى..

چونکه نه هه مو ئو هیزو توانا (شاراوانی) میشتکی
 نه ناستی توانای میشتکی مرۆڤی ناسایی بدووه،
 هیزه ده گریست به کوردی و پیندو ترست (هیزه
 - مەوێگان) ..

ژوی زاراوه‌ی

— **سید محمد**

۱. حتی پراسایکولوژی له
 ۲. دوی یستمدا وک
 ۳. دوی هه لدا، له
 ۴. دوی زانت بوونی ثم
 ۵. دوی (دایانه) بشپړه ده کی
 ۶. دوی یر کیکي، له لایمن
 ۷. دوی موثیتی جارانسو
 ۸. دوی و بېلورده وای
 ۹. دوی ده کرا، پاشان
 ۱۰. دوی نمریکاره هاوکات
 ۱۱. دوی موثیتیه کانی نموسا
 ۱۲. دوی به کار له یو ارده
 ۱۳. دوی قوم مېستې
 ۱۴. دوی حتی ثم توانایه
 ۱۵. دوی مریز پیداو
 ۱۶. دوی نه کارواری
 ۱۷. دوی دژ بیه کتر،
 ۱۸. دوی پیروستی ثم

۱- نجوی سرایزیدا، چندیڻ بڙوچوڻی جیاجیا
۲- هڏا سڊارٽ به چوڻیتی کارکرهڻی هیڙه
۳- مدو، گانی میڻشکی مرڙ. بدلام سڙوئجیام هڻمو ٿو
۴- کڙو نه گهڻشته ٿوئی ٿم توانایه (له هڻمو مرڙڙیکڏا
۵- سڙو ٿو بهڻو به کی زانستی کاری بڙ بکرت)

تۆت ياراسايكۆلۈزىيەگان... چىن ۱۹

توانا پاراسایکولوزیسه‌کان زلفدن به‌لام ده‌گرت پۆلین بکرت
 بۆچمند بمشیک، همر بمشش تایبه‌تمندیتی خوی هه‌یه، شتواری
 کاربکردنی جی‌اوازه... ئه‌وانمش:

یہ کلم / خواتین ملو ہی ہیں۔

تم توانایه بریتیه له وهرگرتنوهی زانیاریسه گانی مێشکی
 مەرۆڤ له نزیکوه، یان کاریگهرکهرنه سههر مێشکی مەرۆڤ،
 لهم شتوازه دهواتر ئهت درک به ههموو زانیاریسهکی مێشکی
 کهنهک بکرت ههرچهنده زۆر نهتهنیش بێت!!

دودام / یی گورکن..

نعم توانایه بریتیه له ناردن و
وهرگرتی زانیاری تایبعت له
میشکی کسینکوه بز میشکی
کسینکی تره ههروهه ناردنی
زانیاری لهم رتگیهوه ده کرت
بسق شوئینکی زۆد دود
بنیردرت بهین شوای هیچ
شتیک بتوانیت بیته بهریمست
لههردهم گه یاندنی شه
زانایانده..

به کارهینانی ندم توانایه
(برگورگرت) زلد فراوان بروه
بیتایبیتی یتستا بر مبدستی
نالوگورگرتی زانیری نیتوان
کشتیوانه کانی ناسمان و
کسانی سرزروی به کاردیت
له کاتیکدا ناسامیری
پیهوندیهگان له کارده کورت،
بر همان مبدستیش له

کاروباری (سیخوری) یسدا به گاردیت.

سینیم / سائیکو کینیڈا۔

بموتای بزواندنی گرومیدیک له دورووا بمین دست
تیرودانی، لیردا بمیتچوانی دیاردی بیرگزیکی دیت واته
(عقل) کار له ماده ده کات نیک ماده کار له عقل بکات وک
له بیرگزیکی دا هده..

تم توانایہ زلزلہ فراوانی بعدی ناکرنت، هممو کسینکیش
به ناسانی ناتوانیت لهخوددا بیچیتیت.. به لکو هسون و
کوششکمی زلزلای دهرت..



بمناربانگ ترين کس لم بوارهدا کچه روسی خاتوو (میخائیلوفا) بوو دهتوانی کاری زږد سرسورپهینسر نهغام بدات.

چواره/ پتشیینی..

یه کینکی تر له دیارده پاراسایکولوژییه کان دیاردهی پتشیینییه، که تمهیش وهک دیارده کانی تر تاکو نیتاش جینگای سرسورپهانه.. ده کرت پتشیینی کاری پتشیینی بهیر گوزکزی ناراستوخ دابنریت لپراستیدا تم توانایه له هموو کسینکا هدیه و بشپویه کی لاشعوری بیرگوزکزی لمنیوان مروه کاندای رودهدات و بمناریانگترین کس له بوازی پتشیینی (نؤسترداموس) ، توانویتی پتشیینی بودواره کانی ۵۰۰ سال دوی خوی بکات.

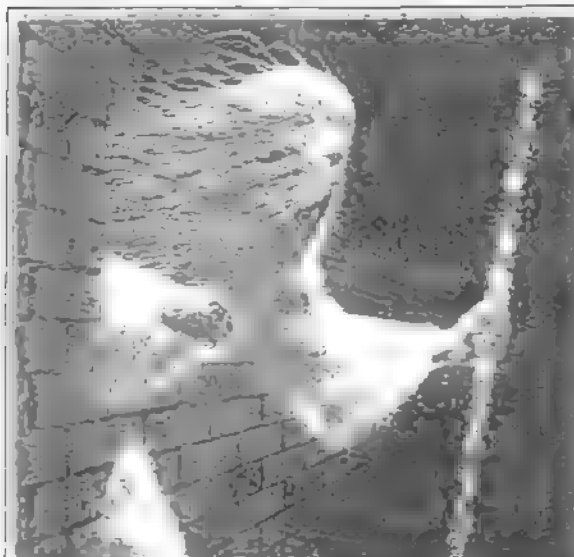
پاراسایکولوژی له پړوی تیورییهوه..

تاکو نیتا زږد بوجونی جیاجیا همن سهارهت به دیارده پاراسایکولوژییه کان، همدیکان زږد دورن له راستیهوهو جینگای باورپن و بنما تیورییه کانیاں لیسر وهم و تمندیشه دارپتزاوه.. همدیکی تر لیسو بوجونانه، بهتایبستی بوجونه کانی قوتابخانهی سوفیتی چاران زږد نریکتره له راستی و تاقیکردنمووه، تم قوتابخانهیه له نهغامی دیراسه کردنی توانای شو کسانه سری هلدای که بشپویه کی فگری تیپاندا همووو پاشان به کارهتانی نامیزی پتشیکوتوری نه لیکگوزی بق پینوان یان دیارکردنی سهرتای درست بونی شو هیزه و پاشان چونتیتی کارلنکردنی له کسان و کهرسه کانی دورویو، هروها چونتیتی گوزانی باری دورونی و بایولوژی و فیزیولوژی، سرنهجامی تم تاقیکردنمهانه شو دهره خمن، تم توانایه له خانه کانی میتشکی مروهده دهره چیت، پاشان چونتیتی بزواندنسی تم هیزه، سرچاوه کی دهگرتنموه بق درست بونی شو باره دورویییه تایبته که تمرکزکی زږی تیدا نهغام دوریت و گوزانکاری له پړوی بایولوژییه لیسو کسدا رودهدات، وهک شو کسانه توشی نهخوشی دورونی یان (دهماری) نیرفی دهبن، سرنهغام بهموی تم شوکوه تواناکانی مروه دجولنریت و بشپویه کی لاشعوری کارده کات بهتایبست شو کسانه توشی نهخوشی (شیزوفرنیا) دهبن واته (فسر) کسیتی، که به ناشکرا تیپاندا رودهدات..

زږدکس همن دهتوانن له دوریه کی زږوه که له پاددهی بیستنی ناسایی مروه بدهریت دهنگی کسان تر

بیستیت، قوتابخانهی روسی تم توانایه که له دهماغی مروهده دهره چیت ده بیستیت به دور زانستی سره کیوه تموش زانستی (فیزیاو کیمیا) یه، بوجونه کانیاں لیسر روشایی تم دور زانسته دارشتوه و دهریده بن.. بق مونه توانای دیاردهی بیرگوزکزی ده بیستیتوه به (نیوترینز) وه تممش پتکهاییکه له مودهو ناچیتته سنووری یاساکانی فارادایوه، واته بهدوره لیسو یاسایه، بویه ناتوانریت له نامیره کاندای هست به بونی بکرت لمبرنموه (نیوترینز) بن بارگیوه هیچ کایه کی مرگناتیتی درست ناکات..

له همنان کاتدا توانای بیرگوزکزی بن سنوور دتوانریت به هموو ناورندیکدا تیپر بیت و موده ی نینوان نمتیره کان بریت، پاشان هموو تواناکان له هموو دیارده پاراسایکولوژییه کانوه شیکار ده کرت، تم روزیه له خانه دهماره کانوه (اخلايا العصيه) دهره چیت به روزی (سی) ناسراوه، دتوانریت بن سنوور کارگیری خوی بکات لیسر هموو مروه و کهرسه کانی دورویو نهغام بدات هروها به لگش بونم بوجونه تویه دیارده یکه له کسینکا رودهدات گوزانکاری لهخویدا بهدی دهکات و به تمرکز و بروایه کی زږوه کاره کان نهغام ددهات تممش شو ده گینیت سرچاوهی درست بونی و بهدرخستنی توانا پاراسایکولوژییه کان دهگرتنموه بق درست بونی تمرکز و باورپنکی زږد لیسو کسدا تم شتوازه له هموو شو کساندا بهدرکوت و کاربان پتکردوه که بشپویه کی فگری توانا پاراسایکولوژییه کانیاں تیادا هموو، نیتا لیسر روشایی دیراسه کردنی لیسر شو کسانه زانستی پاراسایکولوژی پتکهاوه و چونتیتی بزواندنسی تم هیزه لپراده بدمهانه روون



... د کړت هممو کمښک به ناسی له خزیدا
... میت جتایت دیاردی - گوړکی و خویندو یی -
خوختنی یارسان کولوی ..

۱- ناست نه همعوو بواره کانی ژبانی وژاندهی مرؤفدا کاری
۲- حیت نجرنوهی پاراسایکولؤژی تایبسته بهیترو توانای
۳- همعوو بورئکدا، مخرج نییه پاراسایکولؤژی بهوه
۴- یسکریتو تایبست بیت به همندیک دیاردهی سهیر له
۵- یب دیارده پاراسایکولؤژییه کان، ده کرت لمرنگی
۶- سوپروه همعوو کسیتک بتوانیت چنی یسیرت له
۷- خزدا بچینیت وک گۆزینی کسیتی یان زیاد کردن
۸- کردهی همندیک دابو خزو پوشت له مرؤفدا وک
۹- واکموتورویو تمهلی و... تاد... به لام تاکو
۱۰- هیاندا له چند بورئکدا کاری پتکراوه وک بوری
۱۱- بوری زانست و زانیندا هروهه لمبوری سیاستدا
۱۲- ریک یوتیکی سورهکی تیا دهینیت لههمنان گاتدا
۱۳- ناست نه خرمیت کردنی تاکو کۆمهلدا کاری
۱۴- وک لمبوری داهیتان و دۆزندها بتایبست له
۱۵- همعوو نعدبو زانست.. تاد یان له کاری وژاندا گور
۱۶- یسیرت له پیشه گیندا داهیتنرو بموتانا بیت دتوانیت
۱۷- بکات.

خبر نهم زانسته له داها تودا...

۱- زانایانی لڼم بواره دا پېښون، وا چاوه وړان ده کڼ
 ۲- بڅوړنځی واک چه کڼکی کوشندو بهیتر له جنگی
 ۳- کاري پټیگریټ یان ده کړت کومه لگیده کی
 ۴- سمرغوی وها پټک بیت هسور تاکیکی کومه لکه
 ۵- می نه توانایه بیت و توانا پاراسایکولوزیه کان تینکل به
 ۶- بکی داهاتوی مروث بکرت و سودی لسیویرگریټ بز
 ۷- یمنونی ته کنیکی نوی و بتوانرت ولامه نوازانه کانی
 ۸- یمن بدست یمن لڼم رنگه یوه، به لام هرچونیک بیت لڼم
 ۹- ته یمن نوبه و باری زور فراوانه و تاکو نیست به چمندین
 ۱۰- حتی وخرج ده کړت لڼمیناو لڼم زانستدا لڼمیرلوی
 ۱۱- و پېښان لڼم بواره لڼم دتیان داهاتویه کی روشن
 ۱۲- لڼم زانستدایه..

—

حیث به بابلی خواندنی مریگانیسی و خواندنی خزی،
حینه تغها دور هون یز گیشتن بدیاده

پاراسايگولۇزىيەكان يىان ھۆكارىكن بۇ بىزاندنى ھىتە
لەرادەيدەرهكان..

سەرچاوەکان:

(۱) جبار عثمان / چۆنىنىمى بىز ئالدىنقى ھىيىزە
ئالدىراپ بىرەر كەن / زىچىدى پارا-ئاياكۇلۇقۇ
۱۹۹۶/۱.

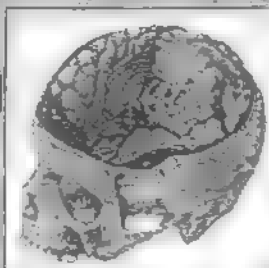
۱۲) خبات نبی‌هایم / می‌رو توانای شاردراوی
منشکی مرزف.

(۳) گۆنھاری علوم ژماره ۹۸ سالی ۱۹۹۸.
ننوه علوم / اضمواء علی الباراسایکولوجی.. /
الرؤیا المستقبلیه..

نهشته رگه‌ری

لے دے ماخدا ہیں

روزاندنی



دَلْوِيَّكُ خَوِيْن

کومنده نهشتهر گونگی نه خوشخانهی Crommwell Hospital. له لندن، ریگایه کی نویسان دوزمه،
بدهوی به کار خیتانی چه تیره کی تیره له تیشکی گام،
ده توانیت به هوی ناردنی گورزه نیشکاو دینکوه زور
بلوردی بگاته شونیی توشونه کوی او ددهاخ. به زوری نم
دیکایهش بو لابرندی وهر دم و به هیز کردنی لوله
خونته کاسی ددهاخ به کار دیت. بی له هوی هیچ برینیک بیا
دورنیک بکانه کدهوه. یا دژینیک خورین بریتیت. نه گهر نه
ریگایه نه گهر ریگا کونده کاندایه اور دکر ا دیستین که
وینده سر کوبون تیایاندا زور سمرزه، نه خوشیش له زوری
دوهدا ده توانیت له نه خوشخانه بیهه دوهوهو خمریکی
کاروباره سر و شته کاسی خوی بیت.

A

● تەكنىكەلۈزى نوپۇ:

بىئەلى خۇرى

كەف بۇگرتنى دوزەكان

كەفى مادەى (پولىپىلېن) كە بۇ گرتنى ھەممە دوزەكى سەربان و دىوارى چىمەنتۇ، بەكاردىت و زۇر سەھىتو توندە بىرپونى نىيە. بۇ زىاتر پەيوەندى بەفاكىسى ژمارە.

۸۹۸۰۲۷۳ (۱۴۱۷) وە بىكىم

V.P mkgig كۇمپانىيائى

ئامىرى پاكىزكردنەوۋى بۇرىيە زىراپىيەكان

● ئامىرىكە بۇ پاكىزكردنەوۋى بۇرىيە تىلىك و دىزەكانى زىراپ بەكاردىت ئاۋى ئامىرىكە:

Municipal Sewer cleaner

بەتايىمىتى دروستكراۋە بۇ پاكىزكردنەوۋى ئىو بۇرىيە تىرىيان لىنىئوان ۱۶ - ۹۵ مىلم دايو بۇ دىزى ۱۹۸ مىتىرو لىدوربە كارى پىتەكەرت بىشىۋى ئۆتۈماتىكى. بۇ زانىيىرى زىاتر تىكايە پەيوەندى بەكۇمپانىيا لىمىرىكىيە بىرەم ھىتەرەكەرە بىكە:

Electric Eel Mfg co.

لىسەر ژمارى فاكسى

۳۷۶۷ ۲۲۳ (۱۹۷۳)

ئامىرى گونىزراۋى پاكىزكردنەوۋى ئاۋ

● ئامىرى تايىبەت بىئاسانى ھەلدەگىزىن و دەگوزىزىنەوۋ بۇ پاكىزكردنەوۋى ئاۋ بەكاردىن:

Pure Water Mini classic

ئاۋى پاكىزى بىئىمىكروپ و بىئىفایرۇس مادەى كىمىيائى و ھەممە مادە زىانبەخشەكان دەخاتە بىرەست و ھەر ئامىرىش، كۆگەيدەكى تايىبەتى ئاۋى تىندايە كە لىپۇل دروست كراۋە ژۇنگ ناھىيىتى و تا پانزە سال ھىچى لىئايەت، كۇمپانىيائى لىمىرىكى. Pure Water Inc. - ئامادەيە ۋەلامىسى پرىسارەكانتان بەفاكىسى ژمارە ۹۳۹۳ ۶۷ (۱۶۰۲) يا لىسەر پۇستى ئەلكتۇنى (ئەلئىمىرەت)

EMALL; Jharrington - pure water Inc. com.

بىلتەۋە،

A.

● بىرىيە لىئامىرىكى بىئەل، كىراگەبىندراۋ زانىيەكان پەخش دەكات و سەخۇرە ۋەزە كارەكات، يابىپاتى، يابىر سەراۋەيدەكى لاۋازى ۋەزە، ئامىرى پەخشى خۇى لى: Band Transmission Radio - MHz 400

بەدو ئاراستەدا دەنىرت بۇماۋى دو كىلۇمىتىر و زۇر ھەلگرتى ئاسانە، و لىشۇقنە پىشماسازىيەكان و نەخۇشغانەكان و كىلگە كىشتوكالىيەكاندا زۇر بەكەلكە بۇ بىلۇكردنەوۋى راگەبىاندو زانىيەكان.

ئەم ئامىرى (سوفت وىراى تىندايە دەتوانىت ھەر لىرەلەرىكت بۆت، بۆت ھەلگرتىرت و لىنار ۳۶ كىئالدا پەخش بىشت و بىئاسانى و روىنى رادىۋ وەرىگرت پانىيەكى ۱۱۰ مىلمو بەزىيەكى ۱۵۰ مىلمو ئىستورىيەكى ۳۰ مىلمە، و كىشەكە تىنھا ۵۰۰ گرامە. نىخەكى لىنىئوان ۸۳۳ - ۱۰۸۳ دولاردايە بىپىنى جۇرەكانى. بۇ زانىيىرى زىاتر دىرسارى دەتوانىت پەيوەندى بىو كۇمپانىيا ژاپۇنىيە بىكرت كەدروستى كوردە.

Japan Storage Batter Co. LTD و فاكسى ژمارە

(۳۱۶۳۰۰۵) ۸۱۷۵ يابانى بۇ بەكاردىت

بىلىتى بىئاسەى ئەلكتۇنى

● ئامىرىكە دەتوانىت راستوخۇ ھەرىيى ھەممە كەسەك بىئاسىتەۋ بەھۇى چەنچىمۇر يا ئىمزاكەيەۋ ئەم ئامىرى، رىنگە لىساخەكارى دەرھىئاننى ھەرىي پىئاسە جۇراۋ جۇرەكان دەگرت، بۇ زانىيىرى زىاتر پەيوەندى بەكۇپانىياكى:

Trijary Technologies Intl Corp.

لىسەر فاكسى ژمارە

۶۵۰۰۴۵۷ (۱۷۱۴)

يا پۇستى ئەلكتۇنى

EMAIL: Verisys - Iryjaycorp com.

بىكىم.

مندالى ناو بۆرىيە شووشە كان

ۋا/ راستى

ھەندىك لىبىرىيە كانى دىكىش، لەگىل ئەم كارەدان ۋە تەين زانست بىم رىنگايە زۆر جار خىزانىك لە ئەنجامى مىنال نەبۇرىيە لە ھەلۋەشان ۋ جىابۇرىيە يا نائۇمىدى زىگار دەگەن.

ھەرچۇنىك يىت ئىستا لايىنە بىرپىرە كان زۆر بىرورى چارەدۇرى ئەم رىنگايە دەگەن، ۋ رىنگا نادەن لىو ھىلگەنە زىاتىر ۋەرىگىرەت كە پىتۇستىن، ۋ رىنگا نادەن، كە كۆرپەلە بۇكارى بازىرگەنى بەكاربەتتەت.

ھەرۋەھا لايىنە بىرپىرە كان زۆر دۇى ئەم كارە دەۋستىنە كە ھەندىك لە دىزگا زانستىيە كان، تۆۋى پىسارنىكى دىكە، يا ھىلگەنى ژىنىكى دىكە ۋەردەگىرن، ۋ لىبۇرىيە كەدا كۆرپە پى ئەنجام ئەدەن، ۋ ئەۋسا لە مىنالدانى دايكە كەدا دەپچىنن، بىيىنۋى ئەۋى يا پىارە كە تۆۋى ئە، يا ژەنە كە خىزى ھىلگەنى تەۋارى ئە. ۋ لىو بىرۋايدەن كە ئەم كارە گەلىك كىشى ۋەۋىتى ۋ دەۋىنى قول بەجىن دەھىلىت.



ئەم مىنالە لە پاكىستان لەدايك بۇۋە دلى ئەدەۋى سىگىيەتى ، ئەۋەش ھالەتلىكى دەگەنە ئىستا پىزىشكە كان سەرقالى ئۆزىنەۋەى رىگە چارەيەك بۇ ئەۋى دىلەكە بۇ بىغەنەۋە ناو ئەۋەزى سىگى لە رىگە ئەشتە رىكارىيەكى ئۆۋەۋە.

ۋەلىت ۋەلىتە جىھاندا، لايىنە بىرپىرە كان گەلىك سىۋى ۋەلىتە دىزىيان دانەۋە بىۋ تەكلىكەرى جىنە كان، بۆۋەۋى ۋەلىتە ۋەلىتە ھەۋە كارتىك بىكەن كە بە خراپىسى ئەم ۋەلىتە نەۋىيە بەكارە ھىتەت ۋ شىكۆۋ مىۋى مىۋى ۋەلىتە ۋەلىتە. ۋەلىتە ئەم كارەنى كە دەچتە قالىپى خراپەكارى ۋەلىتە كۆرپەلە كان يا چالدى مىۋى تەۋاۋ بىرەنگا ۋەلىتە ناسۋىتە كان بەبە كارەنىنى دايكى (بەكرى گەۋا) ۋەلىتە كە لەلەشەدا ھەلەگەت.

ۋەلىتە پىتەت دەستەرد كە لە دەۋى مىنالدانى دايكە ۋەلىتە ۋەلىتە دايكە ۋەلىتە لىسەۋە، گەۋىتىكى ۋەلىتە ۋەلىتە. ۋ بەگىشە دانەۋىتە، چۈنكە بۆۋە دايكە ۋەلىتە بىرەۋى بۇۋە لە خۇشى مىنال بۇۋە، ھىۋاۋ مەبەستىكى ۋەلىتە ۋەلىتە دى، بىمەۋىتە ھىچ زىانىك بىو كۆرپەلە ۋەلىتە كە بىم شىۋە دەستەردە دەھىتە ۋەلىتە.

ۋەلىتە مىنەلە ۋەلىتە كە لەۋەدە كە ئەم كۆرپەلە ۋەلىتە بىم ۋەلىتە بىرەم دەھىتە ئەۋەتە ناو مىنالدانى دايكى خۇى، سىمە ۋەلىتە ناو مىنالدانى ژىنىكى دىكەۋە.

ۋەلىتە بىرەتە لە ۋەلىتە ھىلگەنىكى دايكە كە ۋەلىتە ۋەلىتە، ئەۋە ۋەلىتە تاقىكەدەۋى شۋەۋى ۋەلىتە جىنەجىن ۋەلىتە، ۋ بۇ چەند رۆۋەك ئەم كۆرپەلە بىم رىنگايە دەۋست ۋەلىتە خۇۋاكى تايىمى دەۋەتە، لەپاشدا دەۋەتە ناو ۋەلىتە دايكەۋە تەيىدا دەچىتە تا گەۋى تەۋاۋ خۇى ۋەلىتە لەدايك دەۋەت.

ۋەلىتە ئىستا ھەندىك ژىنى دىكە بە پىارە بە كىرى دەگىرەن ۋەلىتە كە لە مىنالدانىدا دەچىتە، تا لەدايك دەۋەت.

ۋەلىتە بىرپىرە كان، بىرەمەۋە بىم كارە رادەۋەست ۋەلىتە كە ۋەلىتە ئىستا ھىچ كىشەۋە نەۋەۋە، بەلام لەپاشەۋە ۋەلىتە ھىۋى پەيداگەۋى كىشى گەۋە بىۋ مىنالە كە، ۋەلىتە دايكە كە كە ھىلگەنى دايۋە ئەم دايكەش كە مىنەكى بۇۋە.

(دەفرە فريوه‌کان)

راستين يان خه‌يال

ئەندازيار: ياسين مستەفا ئەحمەد

مامۆستای په‌يمانگای تەکنیکی

سەرەتا:

بێت گەر هیچ نەبێت وەکو فیلەکی خەيالی زانستی یان نووسینەکی خەيالی زانستی تەنێ دەروان و دەخوێننەوە، نووسینێک جیاواز لە ڕۆمانەکانی لەسەر خوێندنی دەروان یان نووسینە پۆلیسیەکانی مۆریس لېلان و ئەجاپاکۆستی، بەهەر حال وەکو پێشتر گوتمان راویوچوونەکان هەرچۆنێک بێت مەن لەلای خۆمەرە رۆژم هەبە بۆیان.

UF0 چی یە؟

UF0 واتا تەنێ فیریۆ نەناسراو.. "جسم گائەر مجهول" وە بۆ پێناسەی دەفرە فريوه‌کان پەنا دەبەینە بەر یاسای ئاسمانی (2-200) ئەمریکی کە دەلێت UF0 بڕیتبە لە هەموو شتێک کە بە ئاسماندا دەجوێت وەهاوشێوەی ئە لە ڕوی کارو خەسەلتی دینامیکی فزیکوانی یان هەر فزیکێ یان گشتیەکی ئاسمانی یان موشەک یا هەر هەندراویکی ئاسمانی کە ئێستا زانراوە نەتوانراوە تا ئێستە دەست نیشان بکەیت.

یاسای هیزی ئاسمانی ئەمریکی (2-200)

زاراوەی دەفری فريوه‌ چۆن لە دایک بوو؟

دیارە گومان لەوەدا نیە کە دیارەیی دیتنی ئاناسایی بە ئاسماندا کە پاشتر ناوی UF0 یان دەفری فیریۆ لێنرا پێشینیەکی گۆنی میژوی هەبە کە دەگەڕێتەوە بۆ زاتەر لە دوو هەزار سال پێش زاین و سەرەمی بابلیەکان و فرەونیەکان، بەلام سەرەمی بەکارهێنانی زاراوی دەفری

وەک سەرەتایەکی بەیتووستی دەزانم ئەوە بەخوێندراوی بەرێز بلیتم، کە مەن لەم نووسینەدا تەنها ئەوەم خستۆتە سەر شانی خۆم، کە راویوچوونەکان سەبارەت بە بابەتی دەفرە فريوه‌کان چۆن، کە مەن یان زۆر، راستن یان خەيال، پەسەندو دروستن یان نادروست، راکان چۆن وەکو خۆی بۆ تێوی بەرێزی بۆخەمەروو نێتر خۆتەر خۆی سەرێستە کام راویوچوون قبوڵ دەکات، رەنگە بۆئەوانەیی کە باوەریان وایە کە بۆنی هەبە گێشەیه‌کی گەورە و فراوان بێت چونکە نایندەیی مەوقایەتی، نایندەیی گشت یان زۆری تێوریە زانستیه‌کان هەڵدەگێڕێتەوە، فەلسەفە تێوری زانستی نوێ دەهێنێتە کایەوە، توانا لاوازه‌کانی تەکنۆلۆجیای مەزۆ دەگۆڕێت بە پێشکەوتنی تەکنۆلۆجی نوێ و تەکنۆلۆجی بەدەستی هێناوە گەشتۆتە ئەم ئاستە ئێستای بەهەنگاوتکی لەسەر تەکنۆلۆجیای بەکارهێنراو لەبەرەم هێنان و دروست کردنی هەریەک لەو دەفرە فريوه‌کاندا، هەرس دەهێنێت و هیچ ناییت گەر بەراورد بکەیت بەتەکنۆلۆجیای پێشکەوتنی دەفرەکان ئەمە هیواو بە بۆچوونی باوەڕ پێکە رانیمەتی بۆئەو بەرێزانەش کە باوەریان وایە کە بابەتی دەفرە فريوه‌کان هیچ نیە غەیری خەيال یان وەهەم ی هەندێک کەس یان پرۆپاگەندە هەندێک لە ولاتانی پێشکەوتوو کە بیانەوت پشینوی لە خۆره‌لاتی ناوێراست و گەلانی دواکەوتی جیهانی سێی پێ فريوه‌دن یان بترسین بەهەر حال رەنگە خۆتەری ئەم بابەتە ئەو کتێب و نووسینەیی لەسەر دەفرە فريوه‌کان بۆئەو کسانەش کە باوەریان پێی نیە، لەزەت و خۆشەیی تێدا



به کارده هینن که کورتکراوی - Unidentified Flying Objects - د.

تیوری ده پاره ی UFO

تیوری داگیرکردنی دهره کی "الغز والغازی"

یه کهم خان که دپته یادی هر کمسینک که باورې به بوونی UFO هینیت نموده که نمو تمهه فیرانه کمشتی ناسانی پیشکوتوبو زیندوهری ژیر بهرپووی دهبات جا نمو بهرپووبرده لهرنگی زیندوهره ژیره کوه بن راستوخو یان لهرنگی رږبوتموه دهینت.

وه سرچاوه کمشی له یه کینک یان زیاتر لمو همسارانموه هاتون که له گشت بهشینکی گمرووندا همن که همساری زوی یه کینک لمو همسارانمیه وه لایمنگرانې نم تیروسه زدنو لهرزری جیهاندا بلاوونتموه یه کینک له لایمنگرانې نم تیروسه نوسری سوسری نهریک شون دانکن (Erich von Daniken)، نم نومسره سوسریه نارسانگینکی زوی دهرکده، لمواری (UFO) دا له گشت لایه کی جیهاندا، له سالی ۱۹۶۹ کتیبی Chariots of Gods راتا گالیسه کانی خوداوند یان عربات الالهه نارسانگینکی زوی

ی- "تکبیک الگائر" بهزوری ده گمروتسوه بز ۱۹۴۷/۶/۲۴

- ده زندها فریکه یه کی باره لگري نمیریکی جوری سی -
- تیحت به هیزی دهرای نمیریکی بوو ده کموتسه خواوروه
- تحه کتی "کاسکید" ده کموت لکواتمدا فریکموانینکی
- ورو نینهاتوری نمیریکی کمناری (کینپ نمونوله)
- تحه کتی (چیهالیس) له ولایمتی واشنتونموه به فریکه
- سمیتیت و دست دهکات به گبران به دوی فریکه
- ریریه . وه له کاتی خولانموه گبراندا بسدوای پاشاوو
- ده کتی فریکه تیکشکار، چاروی کت به تیشک و
- رنجه کی کمشی رووناگدار، وتوریمتی "له دورسه کی زردو
- حه چپ و لمباکورهوه کومه له تمینکی بینی که زردو زردو
- ختر جیه له تمینشت شاخی "بیکر" وه دهرین له نریک
- دتخی شاخه کوه ده جولان به خیرایی سه کی برونسمو
- سیم هینر، کلکیان نمبو، وه فرینان به پیچوانمی هممو
- تحه کوه که پیشتر من بینی بوومن، لمشپوه دهر ده چورن
- تحه تحرت هه لیبدهیت و بلیسکیت به سرناروتکدا، بز بدیانی
- تحه یه کینک له رزنانه کان وشمی "ده فری فریو" یان "الگبک
- حتر" ی به کارهینا بز وه سف کردنی نمو تمنامی که
- نمو نه که بینیبوری وه نیمه لیتره دا زیاتر وشمی UFO

چندین روداوانه کمتایدا کسانیک رفیسراون له لایسن
نیشته جیه کانی نم (UFO) یانه وه لمانو کشته کاند
تایکرونهوی پزشکی و فیزیای و بایولوژیان لمرکراوه،
همروها لهباسی شوینی هاتن و جزوی ژسان و ساوهو
ناسماناسی و فیزیایان بز کراوه، کمریزه کی و پتسکوتوی نم
میوانه نه ناسراوانه دهرده خات، رودای تیک شکاندنی
(UFO) یک لمرهتای په خا کاند له شاری نیومکسیکی
لمریکی وه لمانو لاشی کشتیوانی فرژکه که بمردوی
دژرایوه و له ساله کانی سهرتای (۱۹۸۰) دا کتیک لماره
نم روداوه درچو بهاری - Roswell Incident - یان
رودای روزریل له لایسن دانسر - Charles Berlits -
کمانر چارلس چند نفیسرکی چکی ناسمانی لمریکی
خانه نشین کراو جهختیان کره سر نهوی که دهسه لاتداریتی
لمریکی له کانی روداوه کدا خیرا دای پاشاوه (UFO)
کو هرسن سر شینه کی کمتن لمبکیه کی سربازی
نهینی و بلار یان کردوه که نو روداوه رودای تیک شکاندی
فرژکه کی سربازی لمریکی بسوه نموه کو بهر یونوه
(UFO) یک و هتا نیتاش حکومتی امریکا هیچ
لیدانیک نیه لمر نم و نه یسی کمتایدا نفیسره
لمریکیه کان دهرده خات له گهل لاشی سرنشینی نم
(UFO) تیک شکاوه.

دووم/ تیوری چکی نهینی :-

نم تیوری له لایسن کومه لیک زاناره پیاده ده کرت کمتایدا
جهخت ده خنه سر نهوی که نم تمنانه واته (UFO) شتیکی
دهره کی نه به لکو تایکرونهوی همدیک چکی پتسکوتوی
نهینی و واته زل هیژو پتسکوتوه کانه، وه نم دولتمانه خزان
پروپاگنده لماره ترسانکی و بهیتری نم (UFO) یانهوه
بلارده کمنوه، بژنوه دیوارنکی ترس له لای خه لکی دروست
بکمن کاتیک که نم تمنانه ده بینن نیشتونه توه لمرزوی
بژنوهی چند جارتک بیر بکمنوه پتس نهوی هول بدهن لسی
نریک بینوه نم و نه یس یه کیک لمو به لگانه یه که لایمنگرانه
نم تیوریسه پستی پندبه ستن کومتسی فرژکه کی
تایکرونهوی خری لمریکی به.

سینهم/ تیوری گهره وونی ته ریا (نظریة ال کون الموازی) :-

نم تیوریسه تیورنکی سر سوریه تهر جینگمی سمرغه
خاوه کانیان ده لاین که رنکه شارستانیکتی تر همدیت
هاوه شیمان بکات لمانو لمر زوی به لام نم شارستانیه

بز (توریک فون) په یاد کرده وه و هر گتایه سر زوری زمانه
جهانیه کان، ناوهرکی کتیه که برتیه له کومه لیک زور
زانباری و رتو زانباری دیتی UFO یان زنده ویری ناو نم
دهفرانه وه لمرهتای میژنوه ده ست پنده کات، وه نوسر
تیدا نموه ده سلینیت که زوی توشی هتوشی بمردوام بوه له
زنده ویری زری پتسکوتوی دهرهوی گوی زوی له چند
چرخیکی جیاوی میژنوه، وه نم زنده ویرانش هاوکاری
مرفیان کرده بژ بنیاتنانی شارستانیکته کی، وه بژنوه
"اریک فون" تیورنکی بملین گشتیکی فراوانی کرد
بهناو جیهاندا وه تیایدا برنکی زور به لگو زانباری کز کرده
که بشیکی زوری سهرسوریه تهر، له ولای هندستان
همره دیک دیرینی له سیتی پاک دژرایوه که نم جوره
کانزایه ناتوانی برهم بهتیرت و پاک بکرتوه له کانزاور
توشی تر برنکی ته کنولوجی پتسکوتو نه گسر فرنی
تایستی نمیت که به هیچ شیره یک نم کاتانه بوونی نموه،
نم ته کنولوجیایه له لای مرفی سوزوی همروها له ولای
مه کیسک و نه یه کی نه ختیرای لمر برنیک دژرایوه که
ده گرایوه بژ شارستانیکتی "مایا" که تیایدا پیارنیک لمبردهم
ژماره یک له قول و ده سک و سورچی نیش پتکرنایه لمانو
ژورنکی بچو کدا وه له بشی دراوهی دو که لیک چر
دهره چیت، نم و نه یه گسر سهری بکه ین، له رتی
کشتیوانیکتی سدهی بیست ده چیت که لمانو کشته کیدا
خمریکی بمردو بردنی کاره کانیستی، همروها پاتری بابل و
به لگه کانی دهشتی (نازکا) و زور به لگی تری میژنوی و زور
به لگو چاوبنیکوتنی نوئ له کانی نیتادا.

لایمنگرانی تیوری "هتوشی دهره کی" ده لاین که زانست بهین
هیچ دوه لیک نهوی سلمانده که بنما سهره کیه کانی ژیان که
نیمه تنی که گیشتوین برتیه له توخه کانی نوکسجین و
هایدروجن و نایتروجن، که به شیره کی فراوان لمر رو،
لمانو کشی سمدان و همزاران هساری تردا هیه وه نم
بژنوهی که ده لیت هساری نیمه تاکه هساریه ژبانی لمر
بیت بژنویکی هله نو دور لمراسیه، وه لمو بژنوه کوزانه
ده چیت که ده لیت هساری زوی سمنتری گمردونه، بسم
شیره گم نیمه باوهرمان واپن کوزان هیه لمر چند
هساریه کی تری گمردون، ناسایی به گم باوهریکه ین که بشیک
لمو زنده ویرانه شارستانیکت و تمکنولوجیایان به همزاران سال
له پیش ته کنولوجیاو شارستانیکتی نیمه یه. وه نم
پتسکوتنمش وای کرده که هزکانی گواستنوهی نمو ساوه
فراوانی نیرامان ناسان بکات و ناسایی بیت، بشیکی تر لمو
به لگانه یان کپشتی پن ده بست بژ بلارده ویری بیر که یان نم

بمشیتکی تر لمر زانایانه لوانه دکتور جیسون دهلیت کدکتور
نمیشتاین تیوریه کدی تلووگروده هروها (دکتور ن.روس)
دهلیت لمر ده سالی پاشتر د نمیشتاین بمیرکاریه ورده که یوه
خوی سرفال کرد تنها بق خوشی و کات کوشتن بوه، بهلام



دکتور نمیشتاین لمر باورېدا بوو که مرفایمې زوری ماوه
بژموی ناصاده بیت بڅ به کارهینانه کانی نیم تیوریه
بمشیتویه کی راستو مرفانه وه مرف ناصاده نابیت بڅ
به کارهینانی همتا دوی شری جیهانی سیم.

بهمو حال (دکتور ن.روس) دهلیت کم تا زور کارم لمتیوری
بواړی په کگرتودا کرد وه نه بامه کانی هارپم (فرانکلن
رینو) م به کارهینا بڅ تاقیکردنوی تیوریه که، وه
تاقیکردنوه کان دهری خست کمتیوری (بواړی په کگرتو) راسته
تا بواړتکی دیاری کراو، وه هندیک لمرچاوه کان دهلیت
که میزی دهریایی نمیرکی لمانگی نیلوی سالی ۱۹۶۳
هملی دا لمتاقیکردنویه کی تیوری بواړی په کگرتو،
کشتیه کی دهریایی گموره له کمناره کانی فیلاولیا لمرچاوو
ون کات وه یگوتزتموه بڅ شونینکی تر بهزی بواړتکی کهر
موگنایسیره.

وه له نه بامی تاقیکردنوه دا توانیان کشتیه که وون بکن وه
له بنگه کهیدا چالینکی گموره له تلوو کیدا دیارو، بهلام
حکومتی نمیرکا لمر سربازانی که لمرکاره دا به کاری هینا
بوون له کاری سربازی دهری کردن وه پاشتر بشیت لمرلمی
دان.

بشیت لمر ناودارانی که (UFO) یان بینوه لمر کسانې
که پیوه ندیان پیوه کراوه له لایمن نیشته جیبانی (UFO) وه یان
بینویانه وه بشیت لمر کسانه خه لکانینکی زانستی یان
سیاسی ناودارو بریار بدمستن که لمرېدا چند غرنویه کی
دهخه یورو:-

۱- لمرچاینکوتیتکی تیزگی دنگی نمیرکا له گمل دکتور
نمیشتاین دا پیژو که لمری پرسی ساموستانی مسن:-
نایا باورېت وایه که دهری فریو بوونی هیده؟
لمرلامدا نمیشتاین دهلیت:- به لمر باورېم وایه کده دهری فریو
بوونی هیده.

پیژو: باشه له کوڅو هاتوون؟
نمیشتاین: نازام له کوڅو وه هاتوون بهلام ناگری و نابن زوی
دورگی بمیرپرس بیت له جیهانه کانی تر لمرندوارانی ترو
مرفانی تر.

پیژو: کتن لمر کس و زیندو و مرفانه؟
نمیشتاین: دوریه که مرفانی سوزوی بوون هاتوون بوسر
زوی لمریت بیست هزار سالتا.

پیژو: بڅچی دینوه سر زوی؟
نمیشتاین: لمره سروشتی گوانوویه بڅ رچه لمره سروشتی
دروست بوون وه گوانوویه بڅ نیشتمانی مندالی لمره
سروشتیکی نه گوتو له مرمو مرفانکا.

۲- مرفکی نمیرکا جیمی کارتر په کینکی تر بوه لمر
کسانې که باورې بموونی دوفره فریوه کان یان (UFO)
هیده، لمرودا نکدا لسالی ۱۹۷۳ جیمی کارتر کاتیک
که دادو وری ولایمې جزجیا بوو له تلوو خوانینکا له گمل
دهیان بانگ کراوی تردا له یانه یه کی کراوه له شاری لمری و
ولایمې جورجیا، دهرتکی فریوی بین.

جیمی کارتر دهلیت (لمرناساندا) روناکیه کی سهرم بین نریک
ده بڅو و دوردو کومتوه به میزو لاواز دبوو دانیشتن و سهری
جوله کانیان ده کرد بڅ ماوې زیاتر لمر و کاتر میتر په کسر
وون بوو لمرچاوو).

هروها جیمی کارتر له یه کیک لمرتاره کانیدا که له کانی
پرویا گمندی هه لمرلارندا بوو لمرکاته ووتی (من باورېم
بموونی دوفره فریوه کان هیده وه یه کیک بینوه وه چنده تن
به لمرناسو دوکومیندی نهینی هیده که جهخت لمر بوونی
لمر روداو نویانه ده کمن له کمش زویدا وه گشت لمر زانایره
نهینیانه ده خمه بمرهستی ولاته کم، بهلام کارتر پاش
دهرچونی لمره لمرلارنده کاندو وهرگرتنی پزستی سرفایمې
کوشکی سپی پاش گمزیوه له یه لینه کدی، نایا گمروبی
کیشه که لمری دهینا کارتر له یه لیتی خوی بڅ گملی نمیرکا
پاش گمزیوه؟

ب- نمونگی به‌تیزه‌کانی دیتنی دفره فریوه‌گان قسه‌کانی
 - دیم جیله که یه‌کیتکه لجه‌تیزترین نو به‌لگاسی
 - کن بز سلطاندنی بونسی دفره فریوه‌گان
 - عیبه‌بخت، نو رزوه‌لشاری (بابوا) ی‌گینیا قسه
 - حیر دهن من له‌گمل ۲۸ شایمتی تره‌پاش نان خواردنی
 - دته دفره بز پشودانیکو له‌کاتیکدا سه‌یری ناسام
 - عیبه‌تختکی ناسانیم بینی له‌بوزایی 120 مترک دا
 - حیر شیری دفره‌تک ویتیبینی‌بونی چوار زیندوهرم کرد
 - حیرتخی دفره‌کدا.

خبریه‌ی رزوی دواتر کچتک خزی کرد به‌زوره‌کی قسه
 - گناری نازلوری برو داوای لیکرد بیته دفره بز
 - بنه‌که کده‌فرکی فریوی نیشان دا له‌ناساندا وه‌چند
 - سوره‌نکی لغاودا برو ده‌جولان، هر له‌همان کاتدا دو
 - حیر چوکی‌تر بیزان یه‌کیتکیان له‌لای شاخیکوه‌لوی تر
 - حیر شازچکه‌که، وه‌هر سن دفره‌که به‌ناسانی ناوچه‌کدا
 - حیر... به‌دایاتسوه‌چند هیلتکی تیشکی‌ریان
 - حیر حیرت، لم کاتدا قسه‌جیل دستی به‌ز کردوه
 - حیر حیرت، به‌لام سراسام برو به‌سوی که‌یه‌کیتک
 - حیر حیرت، دفره‌که وه‌لامی دداتوه به‌همان شیری
 - حیر حیرت، یه‌کیتکی‌تر له‌دانشتوانی شازچکه‌که به‌همان
 - حیر حیرت، به‌ز کردوه، وه‌له‌لایمن دووان له‌سرنشینه‌کانی
 - حیر حیرت، وه‌لامی سلاوه‌که درایوه، وه‌له‌گمل خورناو‌ابوندا
 - حیر حیرت، به‌کاره‌تاره‌روی کرده دفره‌که، وه‌هتا نزیک
 - حیر حیرت، گه‌ره‌تر دیار ده‌کسوت وه‌کاتیک زاناکانی
 - حیر حیرت، گرنکی دهره‌کیشی دفره فریوه‌گان (هینک) او
 - حیر حیرت، گوری کتیبی شین چاروی کسوت به‌قسه‌جیل لژی
 - حیر حیرت، بیزی نیی نیی دیمه‌چون توانیت کاره‌کانت باشت
 - حیر حیرت، له‌لامدا جیل که‌ره‌گزناسی ننگلیزه ده‌لایت:
 - حیر حیرت، واپو واپو که‌لوی بینومه برتیه له‌داهیتانیک
 - حیر حیرت، نمریکی.

حیر حیرت، علی کلای، پالمانی جیهانی له‌بزکسین دا
 - حیر حیرت، راکردن وهرشدا له‌یه‌کیتک له‌باخچه‌کانی شاری نی‌زک
 - حیر حیرت، له‌دفره فریوانی بینوه، هرده‌ها یه‌کیتک
 - حیر حیرت، دفره‌کانی کاربی دفری فریوی بینوه، وه
 - حیر حیرت، نه‌نمونه یه‌کگرتوه‌کان کرد که‌گفت وگزی لهر بکرت،
 - حیر حیرت، سکرتری گشتی نه‌نمونه یه‌کگرتوه‌کان (یوسانت) نو
 - حیر حیرت، سازه‌نگ کرد به‌سوی که‌ترسناکترین کیشیه‌که‌رو
 - حیر حیرت، جیهان بزتوه‌پاش شمیری قیتنام).

حیر حیرت، قیتنام ماویه‌کی زوره‌کوتای هاتوه، به‌لام (UFO)
 - حیر حیرت، فریوه‌گان هوماوون، نایا بونیان راسته یان خیماله،

گور بونیان هیمیت و راست بیت دهریت مبه‌ستیان چی‌بیت جار
 - جاره تم گاتسه قورسهمان له‌گمل ده‌گمن، نایا نیمه‌سوی
 - توانین و مبه‌ستیانه‌خومان به‌دستی خومان به‌تک‌نول‌جیای
 - یتشکوتو نه‌فوتیتین، نوک وه‌کو باپیرانان لژی‌بیت؟
 - نایا له‌همساره‌یه‌کی زیره‌کی تره‌هاتوون و مبه‌ستیان
 - داگیر کردمانه، یان وه‌کو تاقیگه‌یه‌کی خومان به‌کارمان
 - ده‌هین، لیکدانوه‌کان زون، گونگ نه‌ویه‌پیش نه‌وی
 - کارمان له‌کاریتزائی لیکدانوه‌ی راست هه‌لبرترین و فریای
 - شارتانیتی سرزایمتی بکورین.

له‌کوتاییدا چی بکیت باشه گور یه‌کیتک له‌ دفره فریوانه‌ت
 - یی...

زانو لیک‌نول‌وه‌کان لم رنمایانه ناگادارمان ده‌گمنوه.

۱- همل بده دفره‌که نیشانی خه‌لکی ترو کسانیی دهوروبورت
 - به‌دیت بز سلطاندنی روداوه‌که له‌کسیتک زیاتر.

۲- گور کامیرات پتیر یان لیت نزیک برو همل بده به‌کاری
 - به‌یتی وه‌ویتی بکرت.

۳- به‌ارودی نیوان دفره فریوه‌گان و ته‌نه زه‌مینیه‌کان بکه بز
 - نه‌وی یارمیتیت بدات له‌شیر خیزانی دفره‌که.

۴- کاتیک ده‌گه‌یه‌ته ماله‌وه یان جیگه‌ی کسوت ویتیه‌کی
 - دفره‌که بکوه وه‌لوی بینوته تو‌ماری بکه.

۶- په‌یوه‌ندی بکه به‌فرمانگه‌یه‌کی پو‌لیس یان ناسایش یان
 - هر کوه‌لویه‌کی گرنکی به‌خش بیابیتی دفره فریوه‌گان.

- سرچاوه‌گان -

۱- البحث عن الحقيقة (الأطباق الطائرة) تأليف د. طالب ناهي
 - الحفاجي

۲- اعظم اسرار الأجسام الطائرة المجهولة العالم
 - تأليف/ روجر بود و نیجیل بلوندیل ترجمه/ سعید احمد
 - الحکیم

۳- الذين هبطوا من السماء
 - تأليف أنيس منصور

۴- الأطباق الطائرة (سلسلة عجائب الكون)
 - تأليف جعفر صادق

۵- مجلة علوم عدد الثاني - السنة الأولى - نيسان (ابرل) -
 - ۱۹۸۴

۶- = = = الثالث - السنة الأولى - تموز ۱۹۸۴

۷- = = = الرابع - السنة الأولى - تشرين الثاني

۸- = = = الثامن عشر - السنة الثالثة - ۱۹۸۶

ژینگه زانی :

شاره گوره کانی جیهانی سیټهم

له دهروازه یی ۲۰۰۰ دا

و: عوسمان حه سه ن

شمازه

نم ووتاره ی بیره ستان له گرفت ی دانیش توانی شاره کانو
دیره نجامه کانی ده کولیتوه.

لهم ووتاره دا سهرتا به کورتی لینکولینوه لسمو رهوندی
دروست بوون و پینکها تانی ژبانی شارنشین ی له جیهاندا کراوه
پاشان رهوندی شارنشین ی له وولاتانی جیهانی سیټهم دا،
کمتوهری سهره کی باسه که یه، بهیان کراوه.

لدرژ ی ووتاره کدا، گرنه گرتین کیشمو گرفته کانی ژبانی
شاری که له بیره تدا لسمی فاکتیری سهره کی دا فورموله ده بن،
واتا له

۱- کیشمو گرفته کانی نیشته جن بوون.

۲- نه خوشی و به خوراکی.

۳- خسلتمی نه گونجایی ژبانی شارنشین ی، کولراوتوه، و
سهره نجام له کولتا یدا دیمینک لمرهوشی ژبانی شاری لهدیدی
نایینه دا نشان دراوه.

پنویسته نم خالتم روون بکمه سوه که لهوانه یه بهشیک لهو
نامارو ژمارانی لهم ووتاره دا خراوتهموو رژانمو نوی نمین،
نمیش بهمزی خستهمووی نامارو ژماره ی رژانمو یه له بواری
دابمشوونی دانیش توان له جیهاندا، پاش لهم روون کردنمو یه
هیوادرم خاله پهره ده یی ره کانی نم ووتاره جینگای سووه و
بایه خی کارمندان و پدیوه ندیلارانی نم بواره بیت.

* پینشه کی

دهر کولتونی شاره کان له بیره جستمترین و گرنه گرتین نمو
گورانه یه که له میژووی مرز قایستی دا رووی داوه. لسمووی
میژووی سوه کونی یه کمین شاره کان بۆ پینش ۵۰۰۰ سال له
له دایک بوونی مسیح ده گرتهموو گموره ترین هوکاری
کار بگموره له فراوانیوونی شارنشین ی له جیهاندا له نیوان
ساله کانی ۱۷۰۰ تا ۱۸۰۰ زاینی دا هاوکات له گمل شورش
پیشم سازی دا رووی داوه. شورش ی پیشم سازی کاتیک رووی دا
که نامیر جینگای نامرازه ده ستیره کانی گرتهموو سهرچاوه، بن
گیانه کانی ووزه (نموت - خه لوزی بهر دین، ناو) له جینگای
هیزه مرزی ی و ناژدلییه کاندا به کاره یئرا. گمشو فراوانیوونی
نامیر کان بۆ بهرهم هینان و سووه وهرگرتن لسمو چاوه
تازه کانی ووزه، بهرا ده یه کی پاش توانای بهرهم هینانی برده
ناستیکی بالا تهرمو سووه هوی په یدابوونی سیستمی
کارخانه یی.

بم پتودانگه پتویستی بژماره یه کی زؤرتی کرتکاران
له کارگه کاندا، و همره ها بۆ فرژشتن و دابمش کردنی
بهرهمه کان دابن کردو لسمو نم بنهمایه ژماره یه کی زؤر له
کرتکاران روویان له کارگه کان کردو لهدووبیری کارگه کاندا
نیشته جن بوون به مشیویه شاره کان رژ له دوا ی رژ درژیان
به گمشو فراوانیوونی خویان دا، به مشیویه کی گشتی گمشو
شارنشین ی بمواتای تایبستی ووشه که لسمو ده می جسمنگی
جیهانی دورهمسوه خیراتر بسووه. به جؤرنک کمرپژ ی
شارنشین کان له ۲۴۷ ملیون کسموه لسانی ۱۹۵۰ دا به ۱
ملیار کس گیش لسانی ۱۹۷۵ دا.



شارنشینى لمزۆزك لىناوچه كانى دىيادا لىه كۆنترۆل كىردى
دەرچووه، ئىم پىشەاتىش بۆتە ھۆى دابىزىنى ستاندارەكانى
ژيان لىزىنگى شارەكاندا.

شارنشینى كەلىمىلەرەتادا، بەئىمتىيازلىك بۆ جىيەھانىيان دادەنا،
ھىمىو كە بەھەرەشەيەكى جىدى لىدۆى ژىانى مۆزىسى و ژىنگى
ژيان، دادەنرەت، ئايا مۆزى، بۆ درۆپەندانى ژىانى ھۆى
لەچارچىتوۋى شارە گمورەكاندا، دەيىت چ قازانچىك بەدەست
يىتىن؟ ئايا لىبىنەتەدا رەوتى شارنشینى، ئايىندەيەكى دلتىيار
گۇنجاو لەگىل چاۋپوۋانىيە سەرھاتىيە مەدى و كىلتورىيەكاندا
لەبىراھىيە خۆيدا دەيىنەتە؟ شارە گمورەكانى جىيەھانى سىتەم
لەدەروازى سالى ۲۰۰۰ لەگىل چ پىرس و گىرتىكىدا روۋپەرو
دەيىنە؟ چۆن دىتوانى بۆ ئىم ژىنگە مۆزىيە مەزنانە بىرنامە
رۆژى و بودەجە دابىن بىكرەت؟

گىرتى و كىشە لىزمارەن نەھاتوۋەكانى ژىانى شارنشینى،
سەرنج و ورودىنى خىراو جىدى ھىمىو لىپىرسراوان ھىست

ھىزىنگى ئىمىرە دىتوانىن بلىن لىمىوۋى دوۋەسى سەدى
يىتەدا بوۋە شاھىدى گمورەتەن ئاستى گەشە كىردى
نەيىتى شارنشینى لىمىزۆۋى مۆزىيەتەدا.

ھىتى نىستادا گەشە كىردى دانىشتوانى شارەكان بۆ
يىتىن روۋ لەگەشە ۸ دەر سەدو بۆ باقى وولاتانى دىيا ۲۶
و سەد دەيىت. ئامارەكان نىشانەدەرى ئىم راستىيەن كە لە
۲۰۰۰ دەرى سالى ۲۰۰۰، دوۋ لىسىن رۆژى شارنشینى دىيار
۲۱ داپكە شارى جىيەھان دەگمورە نىتو
سەيىرەكانى وولاتانى روۋ لەگەشە.

ھىچ كىرەن و ئاشكرايە، گەشە كىردى شارەكان لىسەر
ھىچى گەشە كىردىكى بىرنامە رۆژى كىراۋە نىرە، بەلكو ئىم
تەخە كىردەن زۆر ناھايىتىگەر ناھايىتىگەر. لىم روۋەيە
تەخەكان وەك سىستەمەكانى ژىان لىبىرى ئىمىرە بىنە
جىگىيەكى دلتىيار ئاسايش بۆ مۆزەكان، گەلىك كىشە
تەيىن بۆ ژىانى مۆزەكان دوست كىردە، ئىمىرە روۋەندى

ژینگدا، یان لشریتی درچوون و ریشتنی ژرابه کاند، نیشته جه دهن. هتا شار گموره ترو گمشي نابوروش زیاتر بیت بمعای زوییه کان زیاتر ده چیتسه سمره و هه ژارترین خدلیش بق بدترین شوئی دهریبری شاره کان ده یژن.

لسمر تم بنماید، لمری شاره گموره کانی جیهانی سیه م، به شیوه کی فراوانتر لشاره کانی وولاته پیشسازی به کان گمش ده کن، چونکه لسانی ۱۹۵۰ دا لموله کانی جیهانی سیه مدا تنها یکه شار واته بژنس تاپرس زیاتر له ۴ ملیون کس تیدا بو.

تم ژماره به لسانی ۱۹۶۰ دا گیشته ۸، همره ها لسانی ۱۹۸۰ لمولاتی جیهانی سیه مدا ۲۲ شار زیاتر له ۴ ملیون کس له حق دگر و له کاتیکدا تم رژی به لموله پیشسازی و پیشکوتوه کاند ده گاته ۱۶ شار.

بم پیژدانه ده توانی بگورتیت کله نیوی یه کممی سده ی بیست و به کمدا، له جیهانی کد کمزوری به شیوه سمنتری شارنشین دهره کورت، فراوانیونی شاره کان زو ترین کاریگری لسمر گمشه کردن ده بیت.

له نیتستادا رژی شارنیشنی له جیهاندا لسنووی ۲۰۶ ملیار کس دایه. که لسم ژماره به ۱۰۷ ملیاریان لمولاتی رو له گمشدان. به شیوه کی گشتی گمشه کردنی رژی شارنشین خیراتر بووه له گمشه کردنی دانیشتوانی جیهان و، به شیک لشاره کان بین موونترین رژی گمشي دانیشتوان تاقی ده کنه بو. لساوی ۱۰ سال لسم میژووه زیاتر له نیوی دانیشتوانی جیهان لشاره کاند ده یژن و تمه بو ماناییه که له ساله کانی سهرتای سده ی تاینده دا ۳۰۳ ملیار کس له ۶۰۹ ملیار دانیشتوانی جیهان له سمنتری شاره کاند نیشته جه دهن. زو به داخوه ده بیت بلتین کمزیک به تهاوی گمشي شارنیشنی تایه به به مولاتی رو له گمشه بو. تاسالی ۲۰۱۵ تم رژی به هر له میژوونه و ده بیت تاسالی ۲۰۲۵ تم رژی به (۴) له برامبر (۵) ده گات و تمه راستی به کی تاله که شارنیشنی به زوری له هه ژارترین وولاتی دیا دا گمشه ده گات.

له کوتای سده ی بیستم و سهرتای سده ی بیست و به کمدا زو ترین ناو ده کانی دانیشتوانی جیهان شاره کانی جیهانی سیه م ده بیت.

به کیکی سی که هر نیتست دانیشتوانه کی لسنووی ۲۰ ملیون تیپری کردوه، ساوژو، شنکهای قاهره، وینه کمان سهاره به قهر با لغریت شاره کانی تاینده، له جوله ی دانیشتوانی کم گمشه کردو نیشان دهن.

به لیتر سراتی کردن و هوشیاری همو هاولاتیان سهاره به تاینده ی ژینگه یکه کتیندا ده یژن، ده خوات.

تم ووتاره به ناچار، تنها توژنوه سهاره به بروشی ژبانی مژانی شارنشین له جیهانی سیه مدا ده گات.

* رهوندی شارنیشنی له جیهانی سیه مدا

تا جنگی جیهانی دووم، ژماره ی خدلی شارنشین لمری وولاتی جیهاندا به شیوه کی هتواش زیاده ده کرد. به لام لسن ده هی پیشووه، شاره کان به خیرایی به کی نااسایی گمشه یان کردو شارنشین سورن سووه گرنگترین خولیا و وروژنتری لادیشینه کان. له نیوان ساله کانی ۱۹۵۰ - ۱۹۸۰ دا دانیشتوانی شارنشین له سمریکای لاتیندا له ۴۰٪ بق ۶۰٪ له نه فریقا له ۱۰٪ بق ۲۵٪ و له ناسیادا له ۱۵٪ بق ۲۰٪ زیاده کردوه. دانیشتوانی شارنیشنی وولاتی جیهانی سیه م کله لسانی ۱۹۶۰ دا، چوار سدو بیست ملیون کس بو، لسانی ۱۹۸۵ دا به ۱۲۰۰ ملیون کس گیشته. لسم نیه ودا پشکی شاره گموره جیهان سیه م یه کان لسم خدلی شارنیشنه تازه شکل گرتوه ودا به سهر اوو له گمش شارنیشنی لمولاتیان لمری یی دا، که ووده له شاره نوئی به کاند گمشه ده کن، زو زیاتر.

بین گومان، شاره ملیونی به کان تیر تنها به ولاته پیشکوتوه کاندوه سنوور و نایت، زیاتر له نیویان ده کونه وولاتی جیهانی سیه م سوو به سمریتمیکی نااسایی ورتو به گمشه کردنی خویان دهن. به پی پی پیشبینی به کانی نه توه به گرتوه کان، به کیکی ساوژو لسانی ۲۰۰۰ دا جیگی ۲۶ ملیون کس له خویاندا ده کنه سوو که لکمتا و بومبایش لسنووی ۱۶ ملیون کس تیده یژن.

گمشي شارنیشنی له جیهانی سیه مدا له سمنتری دهره به می هتواسانی چووه جیاوازه کانی ژبانی شاری به. شیوه چووه جیهانی خانوه بین تابوکان و سمنتره کونه کان که بوونه نه نشکوت، همره ها لادو و ورتنه کان که له دهریبری شاره کاند دروست سورن، له کناری گره و ثیلاکان و لوکس و دولتمندنیشان، له گرنگترین نمونه کانی تم هتواسانی به.

به زیوونه ی نری زوی لهو شاراندا که دانیشتوانه کی هر ده سال جاریک دوری برامبر زیاده گات. بژه هوی نری که بین به شترین چیتسه کانی کومه لگا، به له سمر چا ورتنی سوو به ژوونه ی سوو دانی که له فروشتنی زوی نریک شاره کاندوه به ده یژن، زوی به کانی خویان ده فروشن و لشریتی ناشیا ورتدا، به تایمیتی له دهریبری کار که بیسکوره کانی

ردیف	۱۳۸۵	۱۳۸۶	کلیه روستاها (میلادی)	تعدادی سالیانه
۱	۱۷۴	۳۶۱	۱۸۷	۱۰۸
۲	۷۰۰	۱۱۸۷	۱۸۷	۷۰
۳	۲۷۹	۴۱۷	۱۲۸	۴۹
۴	۱۰۳	۲۰۳	۱	۷۷
۵	۱۱۵۴	۱۹۶۷	۸۱۲	۷۰
۶	۸۴۴	۹۵	۱۰۶	۱۳
۷	۱۹۹۸	۲۹۱۷	۹۱۹	۴۶

لنسانینی هزاره‌گانی کزچکردنی لادینشیننه‌کان بفره
 شاره‌کان دینت بگورتت که‌گه‌لک هزکار هوی پدیدابوونی
 دیاردی ناهوسنگی کزچکردنی لادینشیننه‌کان بفره‌کان:
 زیاده‌بوونی ژماره‌ی لادینشینانی بفره‌ی به‌پزی زیاده‌بوونی
 دانیشتوان و گمشده‌کردنی کشتوکالی میکانیزه‌کرا، گران
 به‌شون سرچاوی تری نابوری، کوششی چالاک‌یه‌گانی
 به‌شی سیه‌م (خزمت‌گوزاری) و تیمکاناتیک گمبتایبستی
 لشاره‌گورگاندا هیده، به‌گرتگرتین هزاره‌گانی دوزمیردین.
 و سهره‌نجام ده‌توانین یلین که‌کزچکردنی لادینشینان
 له‌بیشیکی زوری ولاتانی جیهانی سیه‌مدا، چمند هویه‌کی
 تری هیده که‌مترسیان زیاتره: گمشده‌کردنی همیشی و
 برده‌وامی تینگچوونی هوسنگی له‌بوری کشتوکالی و نمر
 کارانی تریشا کزنگا له‌گمشده‌کردنی بساری کشتوکالی
 ده‌گرن وانی دانیشتوان ده‌دن بفره‌ی کزچکردن بفره‌ی شاره‌کان.
 هروها نمر چنگانی که‌لایست سالی رابردوده له‌بیشیکی
 زوری ولاتانی جیهانی سیه‌مدا روستا‌دو و گه‌لک پاسار
 بیانوری به‌هزریان بفره‌ی لافاری کزچکردنی هه‌لاتوره‌کان بفره‌ی
 شاره‌کان هیناوه‌سوه، که‌پاش سه‌قامگیربوونی ناشتی و
 نارامیش هرگیز نامادین بفره‌ی لادیکانیان، بگرتنوه.
 ناشکرایه که‌لیم حالته‌ی سهرمایه‌ی گوزاریدا له‌ناوچه
 دواکوتوره‌کان و جیگرکردنی نامرازه‌گانی گمشده‌کردن لیم
 ناوچانی کزچکردوده‌کاندا، ده‌بیتته هوی گزپانی لیم ناوچانوه
 به‌گزپانی هملومرجی نابوری و کومه‌لایستی، دزی نیوان
 ناوچه دواکوتوره‌گانی و ناوچه گمشده‌کردوده‌کان، نامیتن، جیا
 لیم روشمش هروها شاره‌کان به‌روشنایی و نمر تموماتی
 کمتیایاندا ده‌بیشرت، لادینشینانی هزوار به‌هویای
 کاربه‌یدا کردن به‌رو لای خوی گیش ده‌کات، لیم شاره‌ی زور
 گورانه له‌گه‌ل تشکورتیه پره‌سندوده‌کاندا نمونه‌یه‌کی له‌

بفره‌ی کزچی لادینشیننه‌کان بفره‌ی شاره‌کان له‌فاکتوره
 - خه‌تینی گمشده‌کردنی دانیشتوانی شاره‌کان له‌جیهانی
 - لیم کزچکردنه به‌زوری له‌وکه‌سانه پیکدین
 - هه‌تیزه‌ی بفره‌ی به‌یاری بفره‌ی شاره‌کان ده‌دن، نریکی ۴۰
 - خیزانی شاری له‌سالی ۱۹۸۰دا له‌ناوچه هزوار
 - کات دوزیان، لیم لیم به‌نمایه پتیشینی ده‌کرت
 - کز ۲۰۰۰ ژماره‌ی له‌و خیزانه شاریانه‌ی که‌له‌هزاری
 - هه‌سوه‌ده‌دن، به‌گمشده‌ی له‌سورزی ۷۶٪ به ۷۲ میلیون
 - بکرت.

بفره‌ی سهره‌گانی کز میسیری نابوری له‌میریکی لاتین و
 - کز خیزی کاری له‌باری له‌و هزوارانه‌ی
 - خه‌تینی شاره‌کان، بفره‌ی نیشانی ده‌کات که ۲۲٪
 - سکی به‌نمایستی له‌سالی ۱۹۸۳دا و ۲۵٪ خه‌لکی
 - سکی بفره‌ی له‌سالی ۱۹۸۵دا، و ۲۵٪ خه‌لکی کزستاریکا
 - کز ۱۹۸۲دا، و ۶۴٪ خه‌لکی گواتیمالا له‌سالی
 - ۹۰۰۰ له‌هزواریدا زیان به‌سوره‌ده‌دن.

بفره‌ی نابوری شاری ناتوانیت زه‌مینیه‌ی راکتیشانی
 - هه‌تیزانی لادینی فراهم بکات، چونکه نمر هه‌لانی
 - خه‌تینی له‌راستوخ بفره‌ی له‌ناوچه‌ی له‌ناوچه‌ی
 - کز شاری به‌کاندا ده‌کرت، ده‌بیتته هوی کزچکردنی
 - کز لادینی بفره‌ی شاره‌کان و بفره‌ی شیه‌یه‌ی له‌و هه‌ل و
 - بختی که‌لیم روه‌ده‌دن، بفره‌ی نجام ده‌دن.

بفره‌ی گشتی ده‌توانین یلین که‌هزکاری سهره‌کی
 - بفره‌ی لادینشینان بفره‌ی شاره‌کان له‌ولاتانی جیهانی
 - هه‌تیزانی لادینشیننه‌کان بفره‌ی شاره‌کی و
 - نمر له‌هزاری بفره‌ی له‌بیشکی و نمره‌ی کاری گونجاویه

بفره‌ی پره‌گرتنی بیکاری له‌ناوچه لادینشیننه‌گانی سهری
 - کز کزومبیا، ساحلی عاج، تونس، له‌ناوچه‌ی ده‌ده‌ی
 - ژماره‌ی هزوارانی زیاتر کرد.

بفره‌ی له‌هزوارانه به‌کزچکردن بفره‌ی شاره‌گورگان بفره‌ی
 - بفره‌ی سهره‌ی هه‌چی زیاتری هزاری شاری. لیم زنجیره‌یه
 - بفره‌ی ولاتانی جیهانی سیه‌م ده‌ده‌بیشرت.

بفره‌ی کزچکردنی گمشده‌کردنی دانیشتوانی شاره‌کان له‌زوری
 - بفره‌ی جیهانی له‌هزاری ساله‌گانی ۱۹۸۵-۲۰۰۰
 - بفره‌ی (بفره‌ی گس)

د ژوراني کموالاتاني رو له گشه ناچارون رو پيژوي بښوه. نم گرفتو کښه گشتي يانه ده تان لم فورياني خوارو، کورت بکښوه:

۱- کښه و گرځته کاني نيشته جی بوون

په کيک له پيوستي سره کي و بنه پي به کاني پيشکوتني نابوري و کومه لايمني، هيووني سيستمکي چالاکو کاراي به پي به پرايمني به کي توانيت خانو و شونني نيشته جی بووني پيوست بؤ ننداماني کومل دايښ بکات، لهوالاتاني جيهاني سيهمدا دوزگا رپيښدو تاييسته کان بدايښ گردني خانو و شونني نيشته جی بوون بدو گمښ توانيوي يانه له ۲۰٪ خانو پيري تازي شاري دروست بکښ. خانو گه ليک کښيويه کي ناياسايي دروست ده کړت بفرزي بيلو ناستي جياواز دواکوتو و سره تايي بوون، کده تواني له مندي باري وک: کړنو و فرشتني ناياسايي و نيستاندار دوزر خانو به کان، ره چاره گردني هيله سروره کاني ياسا تاييسته کاني به کاره نني زوي و سره خپام نامازه به له کوتي فيزيايي شاره که بکښ.

ده پيت دان يو راستي يدا بنين کپرس خانو به پي نيشته جی بوون له زوي شاره کاني جيهاندا، به تايي ي شاره گموره کاني جيهاني سيهمدا، ره شي کي دودن ساکي هيله همو روژني ژماره کي زوړتري خه لک له پي شايي نا ناسايي سنورداري شاره به به کوه لوول دښ. رهوش خانو به پي نيشته جی بوون له قاهره به جواني به يانگري ژيانکي هډنگنا سايه هرره کي مليونه ها مروقي شارتښ له جيهاني سيهمدا.

له پشه کونه کي نم شاره له هر کيلومترکي چوارگوشدا ۱۵۰ هزار کس نيشته جی. له سرده مه کاني پيشوتروه نو گوزستانه کي له پشي نارواستي شاره کدا بوون، نيستا زو قهره بانو و پي چالاکي و جوړلن. له سنوري نيو بؤ يک مليون کس لم گوزستانه دښ. نمانه له نيو لم گوزستانه دا خاوهي نارو کار به نارونده کاني کړنو و فرشتو و تناسه گه ليک ناوانس لم شوندا هيله کتايه تمده به ديار بکړدي به هاو نرخی نيشته جی بوون لم گوزاندها هرره ها رنکختني مامه لو مرجه کاني نيشته جی بوون له نيوان کړنچي و خاون گوزگاندا رنک ده خات. به پي ناماري سالي ۱۹۷۳ له شاره کاني: بومباي، مدرسو کله کته دا زوچار ۱۰ تا ۱۵ کس له زوړنيکدا دښ. هرره ها ۲۵٪ دانيشتواني ساتياگو، شکوت نشي و به پي نيستانداره نيو نتموي به کان خاوهي خانو و شونني

تندروست نښ. نم ژماره به سبارت به شاره کاني بؤگوتو کي شاسا ۶۰٪، ريودرونيو ۳۰٪ بؤ جا کاتا له ۲۶٪ ده پيت.

له سر نم بنمايه پيشيني نموه ده کړت کښيويه کي خيرا نيوي دانيشتواني دنيا، نيشته جی شکوته کان بنو له دوو دهه نياندې شاره کاني جيهاني سيهم ده به نوردوگاي هژاران.

پاش نم نامارو راستيانه، ثابا شاره کاني وک: قاهره، بومباي، مدرسو... نمونه يک له ژياني شارتښي وولاتاني جيهاني سيهم نريه له سده پيسته به کده؟

نمرو له زوي شاره گموره کاني جيهاني سيهمدا، رهوش راسته پيني ژياني سده پيسته به کده هر له نيستاره ده پي پيکرووه. متداله کاني نم دايکه شاره گموره له پي شارتښي مانگيانو شکوت نامارو گموره کي بنو تابوکان، به پي به هرره مندي بوون له لاني کمي سيستمه دروسته کاني به پي به پراستي و نيکاناتي خوشگوزراني و خزمتگوزاري، به پي به کي بنو نموه هاوتا، کده هرگيز له پي شارتښ دا نيمتراه، ده کورتوون و سريان هلداره، له شاره کاني وک: ساپولو، کي شاسادا هيج نيشانه يک له ستمري شاريان له هرره به کده بووني نريه. نم شاره کونه کي نا کوتا له خاتمه به سرزو گموره کي قهره بانو کان پيک ده پي و گرفته کښ له ده ايه کښ به همان شينو ريم دريژه به گښو فراوانيووني خويان ده پي. نارامو دتيا له هرره پي خوياندا هرچي هيله قوتي ده پي و به پي پيشوه ده کښي.

ناماره کان به يانگري نم راستي به کښي شوني زوي شاره کاني جيهاني سيهمدا له نيوان ۴۰٪ بؤ ۵۰٪ خه لک له گموره کي پيسو هژارو قهره بانو له زوي ياخو له خانوه نمرو ناتندروستي به کانه دښ، و به داخوه ژماره نم گموره کانه به هرره وام له زياده بووندايه.

به پي نامارنيک کله له سمره تاي دهه ۱۹۸۰ دا کراه، نريکي يک مليار کس له دانيشتواني جيهان له شونه زو هژارگاندا، ژيان به سر دښو پيشيني ده کړت کښماره نم جزوه کسانه تاسالي ۲۰۰۰ به پي ده دو به را به زياد بکات.

دانيشتواني شارتښ لهوالاته هژاره کانه (بمليون کس)

پرستی	۱۹۷۵	۱۹۸۰	۲۰۰۰ پرمونده
حزبیت سولای	۵۱۹	۷۸۵	۲۰۱۲
سجده تری هند	۱۷۴	۲۱۵	۵۱۷۶
سره رزمه لای ناسیا	۶۹۲	۸۵۸	۲۰۷۷

یہ گمروتوہ کان، لعمریہ زیاتر لعتیوی دانیشٹوانی سر رووی زوی دلی یلک جیو برسیستی دودنساو درتشن و رتژی نو گالری کبہ کاری دہینن چند قات گمترہ لو رتژہ ناسیایمی گمروتیک بشتیوہ کی ناوندی پیوستی پییمتی. بشتیوہ کی گشتی سیمای ناپسندو ناشرینی نه خوشی و بعد خوراکی له کومہ لگا شاریہ کانی وولاتانی جیہانی سیمہذا چند قات زیاتر ناشکراترہ لمانوچہ لادینشینہ کان. لمولاتانی: کولومبیا، کولتاریکا، گواتیمالا، سلوادور، تونس، مراکشدا، روشی خوراکي لادینشینان بتاییمتی لپدی رتژی کالری یسور زور باشترہ لہمژارانی شارنشین. هرودها له رژیک لمولاتانی تریشدا بد خوراکی مندالان لہ گمروتہ پراوتزییہ کم داهاتہ کانی شاردو به پراورد لہ گمل ناوچہ لادینشینہ کاندا لہ ناسیتکی بالاتردایہ. لعمہ رتہ یہ کی دودنساو لہ نامارہ کانی تابیت بتندروستی شارستانی دا یان بدجی ووناگیریان پشت گوی دهری و لہ پراو ناگیر.

دیاردی قیزی لوی همژاری شاری، پرستیکی تازو سوئی نریہ، نووی پیوستی بایه پیتدانی زیاتر بزم پرسہ ناراستہ دکات، گمشہ کردنی رزانو بهردوامی کیشو گرفتگی شاردو کانہ. گمرچی رنگہ دهرامتی همژارانی شاری لہ چاو همژارانی لادینشیندا بالاتر بیت، به لام دهرامتی راسته قینی لوران بدہ گمن ژیانان داین دکاتو لعمہ بو مانایہ کتہ گمرچی خرممتگوزارییہ کومہ لایمتی یہ کانی دولت به زوری لہ شاردو کاندا چنگرن، به لام همژارانی شاردو کان بدہ گمن لییان بهرهمند دین، و لہ پرتوہ خانو، حل و مرجی کومہ لایمتی، لای پاکو تندروستی بزم لندامانی همژاری شاری به پیری پیوستی یہ کانیان نریہ. تنہا ژمارہ یہ کی گم لہ دولتہ کان خاونی بمرنامی کاریگرن بزم دابزانندی ناستی همژاری لمانوچہ شاری یہ کاندا. لعمہ لہ کاتیکدایہ کهمژارانی شاری بزم بدہ ست هینانی سر پنایلک ناچارن لہ بشہ نارہمی یہ کاندا کاریگرن و بشی زوری بهرهمہ خوراکي یہ کانی خوشیان بفرشن.

ج/ خدسلہ تی لہ شیاوی ژینگہ ی ژمانی شاری

گمشہ کردن فراوانی شارنشین و کویونوہی ژمارہ یہ کی زوری خدک لمانوچہ کی شاردو، سرپرای نوہی کهمارپی گیلک کیشو گرفتگی واک: کهمونی لاور کاربواو تملاری خرممتگوزارییہ رفاهی یہ کانہ، لپروی کیشہ ژینگہ ییہ کانی شاردو گیلک گرفتگی بهرهم هیناود. به پیری راپزوتی رنگ خراوی تندروستی جیہانی - ی دانیشٹوانی

حزبیت سولای کم دهرامتہ کاندا ۹۰٪ تاکہ کان گمخیزان رست دگمن ناچارن لہممان لو یہ کتہ نیشته جریانی حزبیتا تیندا دهرین یان لہ خانوی کاتیدا یان لہ نالونکہ سبز بچو (ای بترانو ناتندروستدا زیان بهسریرن. کاتیکدایہ کتیکولینوہی توژینوہی شاردو یان کتہ سحرمتو گمروتہ پسر و نالودو بهردو کانی شاردو گمروتہ کاندا حزب دهر، دهرخری لو راستی یہ کتہ لو گمروتہ کاندا حزب خوشی و لادانی تووندی مژالای، ییکاری، تاور، سحرمتدواری رتژہ کتہ لہممو شوتہ کانی تری رتژہ. لہ گمل نوہشدا لہم دو دهریدی دوایدا لمولاتانی گمشدا، گمشہ کردنی شاردو کان به خیرایی یہ کی زیاترہ حتی یکر دووہاوشان لہ گمل لعمہ گمشہ کردنی شاردو، خرممتہ کان و نالونکہ ناتندروستہ کان دهرتژہ به فراوانیونی رتژہ.

حزبیت سولای کانی نیشته لہزمینتی خانوسازی دا لمولاتہ گمشہ کاندا بزم شتیوہ بهردوام بیت، روشی خرممتوون و خانویسور لہم وولاتاندا تاسالی ۲۰۰۰ حزب به خرممتو نابینیت و بزم پتودانگہ لہ پراو گرتی رتژہ. لپروی همزینہ لمولاتانی روو لہ گمشداو لپروی حنیہ کانی دولت بزم دوست کردنی خانوی همزان بهدا حزب کیشہ نابوری و دارایی یہ کان و دابزینی بوودجی رتژہ بزم خانوسازی کومل نه چوتہ واری پراکتیزہ کردنوہ، خدو. کتہ لہم وولاتاندا بهرهمستی پتخشستی بوری سحرمتی دا کومک لہ کمرتی تابیت وریگرت.

حزبیت سولای و بهد خوراکی

حزبیت سولای و بهد خوراکی لہ دیارترین و گشتی ترین نیشانه کانی سحر گمشہ کردن. بشتیوہ کی گشتی ۳/۴ ی هممو جنتوانی رتژہ لاتی دودو زیاتر لہ ۲/۳ ی دانیشٹوانی حریکی لاتین و زیاتر لعتیوی دانیشٹوانی ناسیا لہ خوراندی سحر و روز به خش بهرهمند نین، کهمبونی خورادهمنی خدو. تعریفادا روشیکی زور خراپتی لہ ناپیار شمیریکای سحر همہ. به پشت بهستق به نامارہ کانی رنگ خراوی نتموہ



— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە كۆتەيىم سەدەيدە رىزى
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە خىيالىيە كەلىمە
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك

— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك

— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك

— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك

— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك

— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك

— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك
— جەنەبىيە لىسالى كەلىمە جەدە گەلەك كەلىمە گەلەك

۴- شىيە. مەندىس اسماعىل. پىشكەك بۇ
بەرنامە رىزى شارى. دانىشگاي زانست و
پىشەسازى ئىران. ۱۲۷۴.

۵- ئالبىشت. يورگ. لىكۆلىنە وەيەك دەربارەي
گرفت و كىشەكانى شارە گەردەكان -
وەرگىرانى: حسن شىخ ئىسلام زادە: رۇزنامەي
(مەشەدى) ۷۵/۴/۹.

۶- راپۇرتى گەشەكردنى مۇيى ۱۹۹۰
نەتە وەكگرتو وەكان.

وەرگىرانى: فطرس گودرزى. مەخەد غەتتى.
رۇزنامەي (مەشەدى) ۷۲/۱۱/۲۸.

۷- جۇرجىن پىر. جىنەلى نايەكستان -
وەرگىرانى: فروزان خزانى - بىلوكردنە وەي
نىكا - مەشەد، ۱۳۷۰.

سەرچاوە: گۆنارى (اطلاعات علمى)، ژمارە
(۵) سالى سىز دەھەم اسفند ۱۳۷۷ - شوباتى
۱۹۹۹.

هیزی پال پتوئان بز پتسوه لپنگی دوو بزوتسری فوداره و
دهست که لم لای نولای فرز که کدا داده نرین.

له کاتې بهر بزوونږه پيدا دوو بزوتښته فوکره که کار ناکړي
بزوونږه فوکره که به پړوانه کاني بهر بزوونږه و پاش گه پښتني
را ده کښتښته ناوړه بزوونږه تمڼک دروست بکات و له ده فری
فریو که یارمښتی ددات بزو فريني فوکره که به تاساني له
هواده. (چارلس لین) ده تیت: شيان و یاشی لم فوکره یه به
تایکړه دښوې غوږونه یی که بچو له (توتلی هوایی) سهره
زانکوی (شنگ کونگ) له تایران دوپات کړایووه، همدو ها
غوږونه یی که له همدان شته له دزگای توژښته کاني بوشای



نمبریکہ (ناسا) سالہ ۱۹۹۲ تا قمری اوہتوہ۔

نعم داهستانه نویزه سورنج و بایه‌خی نوانی لمباری
فره‌گوانیدا کارده‌کمن له کورتی سمریازی و مددیندا وه‌ک یه‌ک
راگنشاو، جارلس ده‌لنت:

[illegible]

(K-1)

فرۆكەيەكس ستوونى

(ھېلى كۆپتەر) بۇ

بہ کم جار بہ بزوینہری

(نفاتة) دهفريت:

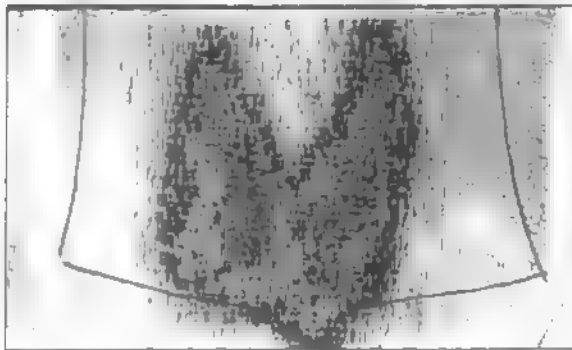
تیتا زانو نمند از یاره کان سرفالای دروست گردنی فرژ که یه کن
له جزونکی ده گمن، که تاییه نمندی هستانی به نمستونی
هدیه پاشان فرین به خیرایی فرژ که یه کی تیژو پاش گه یشتی
بهو بهرزی بهی بوی دست نیشان گراوو، تاقیرک دهنره کانیش
له سر نم فرژ که ده گمنه له کوتایی به کانی نمسالدا به نه بام
ده گه نرنت.

ناوی (فیرجیت) لم فرۆکویه ده‌پرست و کۆمپانیایه‌کی (تایوان) ی تایبعت به پهرانییه‌کان دروستی ده‌کات و نمونه‌ی نم نوویه له فرۆکه‌کان له (۱/۶) ی قه‌باره‌ی کۆتاییدا ده‌یت و له په‌کهم تاقی‌کرد‌نوه‌یدا به‌ی فرۆکه‌وانی ده‌فریت و، نیت‌اش کۆمپانیایه‌که له‌گه‌ڵ به‌پرسانی فرۆکه‌وانی مه‌ده‌یدا له به‌ریتانیا و ولاته به‌کگرت‌وه‌کاندا له گفت‌وگۆدان به‌عه‌به‌ستی ده‌زین‌وه‌ی شیت‌و‌زکی یاسایی بز مۆلعت پێدان‌ی شیا‌نی بز فرۆکه‌وانی.

(چارلس لین) سسرہ کی تدبیر مافی کی کارگیری کو مپانیسی
دروست کریں ہم فریڈرک دہ لیت:

باله کئی لمبیروی دفره فريوگاندايه (UFO) و دوو پموانشي هديه كه به پيچوانشي روگارد دسورتنوه بژنوي فريو كه كه بعدوري چده كيدا نه خوښتويو، نيمش به داناني پموانديه كي بچكو له كلكي فريو كه پموانيه يه كه دا يوه زال دهن يسمر نم كشه دوا.

پهروانه گاني فېرډي پيښيار کړاوه که زړو له پهروانې فېرډي که
ته قليدي به گان گروټ ترن ، به هغې زړې ژماره يانسموه
لمت انا باده هڅه کي به زيو نوي زياتر شمام بدات، به لام



گۆيتىرى نىشتىچى (Endemic Goiter) لەگۆيتىرى ساكاردا رادى كار كوردى ئايرىد ئاسايىرە.

ھۆى ئىم گۆيتىرە بەگىشى بىرۈا وايە كە پەيوەندىيەكى نىزىكى بەگىمى ئايۋىدىن لەۋىنگىدا ھىيىت بەتايىستى لەخوارەندا، ھىندىك ھۆى كەتر باۋە، ۋەك ئىم خوارەندانى يان ئىم ئاۋى "كالىسىۋم"ى زۆر تىدەيە كەدەنە رىگىر لەمىزىنى ئايۋىدىن لەمىشدا، ۋ ھىندىك خوارەندى "گۆيتىرچىن واتە گۆيتىر دوست كارەكان" ۋەك: تور، شىلم، كەلەرم، قەرنابىت، ئىمانە رىدەگىر لەگۆيتىرە ئايۋىدىن لەمىشەيد.

ماسى سىرچاۋەيەكى سىرەكى ئايۋىدەنە بەتايىستى ماسى دەرياكان، بەلام گۆيتىرى ساكار بەھۆى كەمى ئايۋىدەنە نىشتەجىرە لەناۋچە شاخاۋىيەكانى ۋولاتى گىنىيەى نىۋىۋ چىياكانى ئەلبىر ھىمالايا، ھىروەھا لەگۆرەستاندا بەگىشى، بەمانى لەر ناۋچە شاخاۋىيەنى دىۋىن لەدەريادە.

- بەگارەتتەنى ھىندىك دەرمەن بۇ ماۋەيەكى دىۋىرۋىر رەنگە بېيتەھۆى گۆيتىر.

- گۆيتىرىكى ساكارى بېچوك و نەرم بىگىرئ لەھىزەكارىدا ياخود لەسكېرىدا رىۋەدەت "گۆيتىرى فىسيۋلۇجى (Physiological goiter) ۋ دىۋى ئىم قۇناغە لەسۇخۇ بېچوك دەيتىۋە، ئەگەر گۆيتىر پىش ئىم كاتانە ھىبىر واتە پىش تەمىنى ھىزەكارى پىش سىكېرى، ئىمۈا گۆرەتر دەيتى ۋ زۆرتر دەيتىتەۋە.

گۆيتىرى ساكار لەمۋى زۆرتردا رەنگە گۆرەترىيىت ۋ بگاتە ئىم رادەيى گىرئ دوست بىكات ۋ كاتىك دىۋىدەيتىۋە بۇسەر بۇزى ھىناسە لەمىشدا، رەنگە نىشانى داخىران ۋ پىستان دوست بىكات.

- لەر شىرتەنى كەمى ئايۋىدىن تىياساندا زۆرە لەنەخامدا نەخۇشى كرىتىن (Crittinson) رىۋەدەت، ھاۋكات لەگىل گۆيتىرى نىشتەجىدا، لەشۋىتىكى تىدا بىدۇرۋى باس دەكرىت. چارەسەرى گۆيتىرى ساكار لەھىزەكارىدا پىتۋىستى بەدەرمەنە بۇ ماۋەيەك، لەگىل رەچاۋەردى ۋەرگىتى ئايۋىدىن بىرۋەي

تىدەيە بىنارى "TRH" كەبىشكى تايىست لەمىشكىدا "ھايۋىئەلەمىس" دەرىدەت.

ھۆمۋى كالىتونىن (Calcitonin) ھىندى خانى تايىست لەرۋى ئايرىد دەرى دىۋى بىنارى خانەكانى كالىتونىن "C-cells" كارى ئىم ھۆمۋە كەم كەردەسە رادى "كالىزىم" لەخوتىدا.

* گۆيتىر (Goiter): ئىم ۋوشىيە بۇ ھىر گۆرەبىنىكى رۇنى ئايرىد بەكارەت، لەلەيىنى پىزىشكىيەۋ قەبارە شىۋى پىنكەت ۋ رىكى شىۋىتەكەۋ چىند خاللىكى دىكى گىرگى ھىيە بۇ رەچاۋەردەن. ۋەرادى چالاكى ئايرىد بە پىشكىنى ئىم خاللىنى باس كرەن ھىندى ئىزىۋى تايىست دەۋەكەۋى.

بۇ پىتۋى قەبارە گۆيتىر چىند رىگايەك پىتۋىكى تايىستى خۆى ھىيە، كە بۇ ھەلەنگەندى بەكارەت بەتايىستى كاتى رىۋىتەكەردەن خوتەندەسە رادى بىلۋىۋىۋى لەناۋچەيەك بەتايىستى لەر شىرتەنى تىدا نىشتەجىرە، ياخود ھىر ھەلەنگەندىكى بىرۋىزى زانىستى.



* گۆيتەرى ساكار (Simple Goiter)

ئىم گۆيتىرە بەگىشى بىشۋەيەكى كەم بىلۋە، بەلام لەھىندىك شىۋى دىيارىكارى جىھاندا زۆرتر دەيتىرەت پىۋى دەگۆتەرى



جىست. وەرگرتنى ئايۇدىن بەپىزى پىتوسىست لىسالىنى
بىر تىنچلىق، تاكى، ئىگىيە بىر بىرگىزىن لىدروست بىونى
بىر تىنچلىق بىرگىزىن.

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
(Mltitinodula). ھىندىك لىتىنچىكچىونە كانى رۇنى

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
(Hyperthyroidism) بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
(Toxic Goiter) بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن

بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن
بىر تىنچلىق بىرگىزىن بەپىزى بىرگىزىن بىرگىزىن بىرگىزىن

- رادى چاۋ دەپىرەنە كە لاي پىزىشكى پىسپۇرى چاۋ
دەپىرەنە.

- ئەم چاۋ دەپىرەنە ھىندىك گىرگىزىن دەپىرەنە دەپىرەنە، ئەم
شېۋە تايىمەنە كە، رەنگە چاۋ نەتوانى بەپاشى داخىرەت، ئەمە
رودانى زۆر كەمە، بەلام رەنگە گىرگىزىن ھىرگىزىن رەنگە
بىونى چاۋ رودات.

- بەپادەنە كى زۆر كەمەت لىپىشە، شىۋان لىپىشە بىنەن دا
رودەت.

ئەم كىتەنە رەنگە پىتوسىتىن بەپادەنە نەشتەگىرە ھىتە
لەۋمەنە كى كەمە نەۋشەكەن دا، خۇشەنە چاۋ دەپىرەنە
لەۋمەنە بارەكان دا ترىنەك تونە تىزىرە.

بەپادەنە نەۋشەكە چاۋ دەپىرەنە كە بەپادەنە بەپادەنە
دەپىرەنە بەلام ناگىرەتە بىر تىنچلىق پىش نەۋشەكە.

ھىندىك چاۋ دەپىرەنە پىش دەپىرەنە پىش دەپىرەنە پىش دەپىرەنە
گەردىن بەپادەنە پىش دەپىرەنە پىش دەپىرەنە پىش دەپىرەنە
بەپادەنە پىش دەپىرەنە پىش دەپىرەنە پىش دەپىرەنە پىش دەپىرەنە

له مثالان دا:

نهم نهخوشریه له مثالان دا له شتووی پیش نه کورتن له قوتانجاندا دهره کورت، منداډ نارووی یاری ناکات و گمش ناکات، نهم نیشانه گشتی رانه پیش دهر کورتی نیشانه تایبته به کانی نهم کارکردنی تایرید دهیترن.

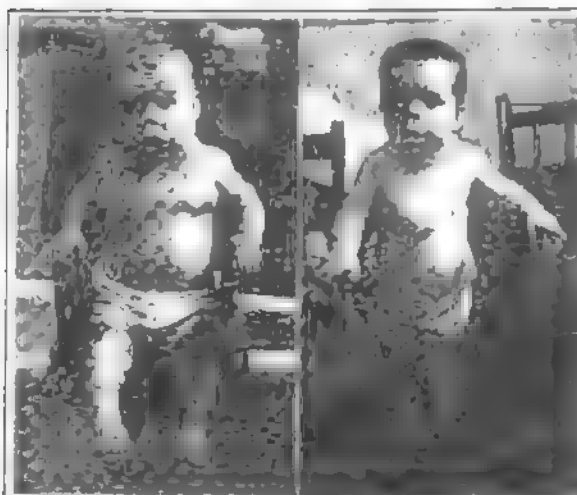
- هروک له گموره دایه رنکه گوتیر هیت یان نا. دژنهور دهم نیشان کردنی نهم نهخوشریه له سروتهای مندا لیدا زور گرنگه و چند زور بیت کمه، بژ دهم کردن به چار مسیری و قهره و کړه نهوری تایرید کسینی پتوست بژو ترین کات.

پیش کورتی میشل و پهره مندنی زور، پابنده به بونی هورمونی تایرید کسینوه، هر دواکوتنیک له دهم پتکردنی چار مسر کردن دهیته هوی تیکش کانی همیشیه له پیش کورتی ژیری دا، به گشتی رادی دواکورتن له چار مسر کردن هاوشانه له گمل رادی دواکورتی ژیری دا.

نیشانه کانی له مندا لدا:

له نوری بودا زهره وی نوی سوو درتزه ده کیشی، له قوناغه کانی پیش کورتن دوا ده کورت، وه رنکه هروو نیشانه بینراه کانی پیش کورتیه کان پتکوه دهر کورت. له مانگه کانی سروتهای ژانی دا منال قمبرو کم دهروات، گریانیکی کم و تایبته هیه کمزور و گره، وه لهش نهمو شله له حالتته زور تیژکان دا منداډ نیشانه کانی (کرتین Critinism) ی تیا دهره کوی وک دهم و چار تکی قمبرو لوتیکی پانو داته یو، لچی نهمو زماهی گموره یو له دهم دیته دهره و ورتیکی دهره یو رنکه فیتی ناوکی هیت.

وه تا نهخوشریه که دهم نیشان دهرت و چاره مسر دهرت،



نهم کارکردنی تایرید (Hypo thyroidism):

رنکه له خوریه کی ناو تایرید خوریه رویدات (هوری سروتهای) وه ده گوتیر بهرادیه کی کمتر بهوی توانایی و نهخوشری ژونی دیکوه بیت، وک ژر میشله ژون، .. هتد. رویدانی نهم نهخوشریه به گشتی کمتر وک له حالتی بهر کارکردنی تایرید، به لام لهو شوتنای یوه کمی زور تیدایه نیشته جریه بژ مادی دورو درت، رنکه نهم ادهیه بهیچوانوه بیت.

نهم کارکردنی تایرید کاره کاته مسر ثاوت و بهرزی له ناو راسی تمندا.

له مندیک دا رتزه که گموره سوو (گوتیر) که، یان بهیچوانوه پوکاوتوه، یان قباوی ناساییه.

بیتجه له زور هوی وک بومارو همناری، له مندیک شون لهجهان دا، وک له پیشه ناساوی پتکرا، کمی تایریدن دهیته هوی نهم کارکردنی تایرید بتایبته له منالی ساواداو قوناغه کانی تری منالی و له ناو رتانه دا.

نیشانه کانی:

بهیچوانوی نهخوشری بهر کارکردنی تایرید لیردا نهخوشر له نا کاسی نهم بونهوری رادی میتابولیزم، نیشانه کانی به گشتی خاویونهوری جموجولی ژیری و جسته یییه. نهخوشر لیردا زور هستیاره بژ مسرماو نارووی گموی ده کات، پستی روشکو موی ووشک و زرو کمه. رتولمی قورسه (قمبره)، کیشی زیاد ده کات، ماندو و نازاریکی نادیار له مورو لهشی دا هیه، بیستنی کم دهیتو ویرچونهوری زوره.

- کم خورنی بهوی کمی تایرید کسینوه دهره کوی، پستی نهخوشر و رنکی له موی سپی دهیت.

- نه گمور نهخوشریه که درتزه کیشاو زور سوو، دهم و چار هه لئاسارو پتلوه کان دهناوین، لئو نهمو زماهی گموره دهیت.

- قسه کردن خاوی دنگ گپ دهیت.

- له زور نهم بونهوری کاری نهم رتزه رنکه شتیه وک له نهخوشری دهرونی پیشان بدات (شتواندن) دهرونی نهمی کارکردنی تایرید).

- رنکه پلوی گموی لهشی زور نهم بیتو و بگاته رادهیه کی کوشنده.

بەتایبەتی لەو لاتە پێشکەوتووکان دا کە روونی تایبەت و
 ھەمیشەیان بۆ دەست نیشان کردن و چارەسەر کردن و
 پیاچوونەو ھەتەنگاندنی ئەم کێشە ھەیە.
 بە گشتی کەمی نایۆدین بەرلارو بەراوەیەکی زۆر لەناوچە
 شاخاویەکانی جیھان دا، ھەر ھا ھەموو ئەو شوێنانە
 لا فارو بارانی زۆریان پیاوچۆی، ئەمە کەمترە لەدەشتەکان دا،
 تا دەگاتە بەرزترین چەری نایۆدین کە لە دەریا و زەریاگان دا
 ھەیە ئەو ناوچانە لەسەر ئەم دەریایانە، کەواتە باشترین
 سەرچاوەی سروشتی نایۆدین خواردنە دەریایەکانە و ئەو
 روولەو ئازەلانی ئەو ناوچانەدا بەخێوێدەکرێن، وە ئەو ناوچانە
 دۆن ئەم سەرچاوانەو، کەمی یۆد قەرزبوو دەکرێتو
 بەیۆد کردنی چەند خواردنێکی دیاری کراو وەکو خۆیی چێشت،
 شەکر، ئارد، ئاو، کەسەرکەوتووترینیان نایۆدین کردنی خۆیی
 چێشتە لەسەر ئەو یۆد کە بەی کەسەرکەوتووترینیان نایۆدین کردنی
 دیاری کراو و زۆرانە ئەو خۆیی بە وەرەگرتن لەخواردنە
 جۆراوچۆرەکانی دا، وە پێوستە ئەو خۆیی بەی بۆ ئەزەلەش
 بەکار دەھێنرێت یۆد کراو بیت.
 لەئەنجامی بەکارھێنانی خۆیی یۆد کراو بەشێوەیەکی زیکخراو
 زانستی رانە ھەندێک قەرزبووی ئەو ژینگە بە دەرتێو کەتاییدا
 بەکار دەھێنرێت.

کەمی نایۆدین ئەم ناوچە ھەیە دا:

کوردستان بە گشتی ناوچە ھەیەکی گەورە بە جیھان دا کە گۆتەر
 کەمی نایۆدین تێیدا نیشتمانی، ھۆیە کەشی وەکو لە پێشەو
 باسکراو ناوچە ھەیەکی شاخاوی و دۆرە لە دەریاوە.
 زانیاری ئەواو نەبە بەژمارە دەریای ئەم کێشانە، یاخود
 ئەخراوە بەرەست و لێکۆڵینەوی زانست، بەلام ئەو
 روویژانە لەساڵانی (١٩٩٣-١٩٩٤) لەپارێزگاکانی دەزک و
 ھولێر و سلێمانی بەجێھێنان، زانیاری تۆمارکراوی گرنگیان
 دەرخست، تێیدا ئەم پارێزگایانە ناوچە مەترسی دارن بۆ
 بلۆبونەوی کەمی نایۆدین، ئەویش بەنیشاندانی رێژە
 بلۆبونەوی گۆتەر، لەروپنۆھەکی سلێمانی دا چەند
 نیشانیەکی تری تێدا ھەیە.

ئەمە خوارووە خشتە ھەیەکی کوردکراوە بە ئەو روویژانە
 سلێمانی.
 خشتە رێژە بلۆبونەوی گۆتەر لەپارێزگای سلێمانی و
 دەروێشتی دا:



ھەر رادە نزمی کاری ئایوید منالی نەخۆش پێشی
 ھەر گەشی زۆر کەمەو رەنگە توانای پێگرتنی نەبێت،
 نە فێر نەبێت و رادە گەمژانی ھەبێت لەژێر داو
 ھەتەر دا زۆر کەم توانا بێت.

خەرجنەوی کەمی نایۆدین و ناھەمواری ھەیەکانی:

کەمی نایۆدین کۆمەڵێک کێشە تەندروستی و ئایویدی
 ھەبێت دینی ئەو کایو، وە ئەگەر زانرا کە ئەم کێشانە
 ھەر شوێنی جیھان دا بەرلارو تایبەت نەبە بەتەنھا وولاتێک
 ھەر چەند وولاتێک بەلکەر زۆری وولاتانی جیھان دەگرتو
 ھەر کەمی یا زۆر لەناوچە ھەیە بۆ ناوچە ھەیەکی دیکە
 ھەر وولاتدا جیاوازی، بەتایبەتی ئەو وولاتانە باری
 تێگرتنی جیا جیا ھەیە، کەواتە بەم پێوەر دەبێت بزانی
 ھەر نیشان کردنیکی جوگرافی بۆ ئەم کێشە ھەیە،

زنجیره	شونډ	مطابق (۱۳۵۶) سال	ناتوانان (۱۵-۴۵) سال
۱	ناوشار	۹۸٪/۵۸٪	۹۸٪/۷۶٪
۲	رانیه - شاریاډ	۹۰٪/۱۰۰٪	۹۶٪/۱۰۰٪
۳	کفری - کلاو	۹۶٪/۷۲٪	۵۰٪/۸۱٪

لنهامواریه تندرستی به مترسیداره کان ده ژمیتررت، بفتایمته زژترو ترسناکتره له منالانی کوزپسو ساوادا، کهرنگه لمنویږودا گزیتري زگماگی له گفل دا بیتت. یاخود رادهیه کی کم یان زژر لسنزم کارکردنی شایرید (وله پتشر باس کرا)، لهنه غامدا دهیته هژی بلابونوهی کم توانایی لمنوهی داهاتوره. لمنالانی ساوادا دهیته هژی دواکوتنی لکش و ژیری همتا همتایی و بپژیه کی زژر بیتت. لمنالانی قرتا پاندا ره گندانوهی فیرونیان کم بیتتوهر پتشرکوتنی پتیرست به دست نهیتن.

له گموره دهیته هژی لکش خاری و بی توانایی و بپژیه کی کم کارکردن و کم ټینگه یشتن. لوزان دا مندا ل لمبارچوون و گزیتري زگماگو یاخود نزم کارکردنی زگماگی شایرید (Critinism) لمنالانی دهیاتبیتت.

له لایه نی کومه لایه تی یوه:

لنهامی نو ناهمواری به تندرستی یانوی باس کرا چمندها کیشی کومه لایه تی دیتته کایوه، وه دهیته هژی دواکوتنی کومل لمچند لایه نی جوړه جوړداو بلابونوهی کم توانایی جهته یی و ژیری که کومل ټییدا مرؤقی بهرهم هینر له دست ددات و ژماره نو مرؤفانی پتیرستیان به خرمه تگوزاری تایبته هیبه له زیاده یون دا دهیته که به گشتی مرؤقی بهرهم نه هینر دین.

له لایه نی نابوری یوه:

لنهامی ناهمواره تندرستی به کان و کومه لایه تی به کان، کومل پتیرستی به بودجه تی تایبته دهیته بژ چاره سرکردنیان و خرمه تگوزاریان له کاتیک دا کونترول کردنی کمی نایوډین بودجه ی زژر که متری پتیرسته، هم کیشیه له نابوری نازل و بهر یومیان دا کاری ټیده کری بشپړی مرؤف په کیان ده کویت و بهرهم زژر داده یزت.

کیشیه کی جیهانی به ژماره:

هم ژمارانه له خواره باسیان لسه کرت هه لسن گانندی رنکخواه نیتونه یی به کانه که لم بواره دا کاره کمن. - لمالی (۱۹۹۰) دا (۱۸) ملیون ژنی سک سپر کیشی خوراکیان له جیهان دا همرو به لوم به خوراک ندمزان.

چه ند ټیپینی یه:

۱- رتژی (۳۰٪) بژ بلابونوهی گزیتري لنواچه یه دا به مترسی دار داده نرتت. کواته کیشیه که به رادهیه کی ترسناک ده ژمیتررتت.

۲- هم رتژی به له کاتیک دا بوو که کارکردن بژ کونترول کردنی کمی نایوډین زژر کم و ستودار بوو نموی به:

ا - به کاره تانی نایوډینی درنژ کارکسر (لیپوډول Lipidol) به دم لمنوهی سالانی (۱۹۹۳ تا ۱۹۹۵).

ب- له کاتی رویتوه کدا خویتی نایوډین زژر کم بوو له بازار داو بهر ختیکی زژر گران ده فرؤرا.

ج- جیاوازی له رتژی بلابونوهی گزیتري بژ هر ناوچه یه (شونډیک) نیشاندی بهرترین و نرمترین رتژی به بژ نمونه کانی نو شونه.

۳- هم رویتوه نومر پتی هه لساوه له ناهندی مایس تا نیلوی سالی ۱۹۹۶ له پارتزگای سلیمانی و دهرویری.

کیشیه کانی کمی نایوډین:

هم کیشانه زژر وه چمن لایه نی که ده گره له ژبانی مرؤفا وه لایه نی تندرستی و کومه لایه تی و نابوری... هتد.

لایه نی تندرستی:

کمی نایوډین لنواچه یه دا بژ مایه کی درتژ دهیته هژی درست بوونی گزیتري به گشتی لسه تادا رنکه کیشیه کی ساکاریت به لوم که زژر درتژی خایاند کاره کاته سر شپری ملی نو کسر رنکه پسند کراو تمییت، همه سره تاترینی ناهمواری به کانه.

کاتیک کمی نایوډین زژر دهیته کاره کاته سر چالاکي وژنی شایریدوهر به پتی پتیرست هورمه کانی درست ناکات، کواته بلابونوهی نزم کارکردنی شایرید که به کیک

- کومه لاندې تر کمږماره یان (۷۵) ملیون منالنه لهجیهان دا کمتوشی بهرینستی ژیری و جستیمی بو، له نهجیامی جزی خوار دنیانوه له سره تایی مندالتی دا و خوار دنی دایکیان پیش وه له کاتی سکپری دا، دهره نجام دچنه ریزی نو (۱۵۰) ملیون مروشی که کم دینن (نرم دینن) له توانا جستیمی و ژیری به کانیاندار که مری توانای به ده ست هینانی پتو سستی به کانی خویانو و خیزانه کانیان هییه.

- هرده ها نو (۱۲۰۰۰۰) نوی بوی سالی (۱۹۹۰) که به توندی توشی هم ناهمواری به بسون، ناتوانی به چنه قوتاجانه و ده میننوه وه کیشیه به بؤ خه لکی تر، وه دچنه ریزی نو (۵۷) ملیون کسمی که له کاتی له دایک بونوه گمژن.

نو ناهمواری و کیشانی له پشمه باسکرا هموی ده گریتموه بؤ کسمی یؤ له خوار دنی دا، له نه نجام دا ده پتته هوی ناهمواری به کانی یؤ کسمی (I.D.D) لهجیهان دا (۱۶) ملیون خه لک له هرده هم مترسی به دان و له کاتی کنده (۶۵۵) ملیون توشی گوتی بون که به کیکه له نیشانه هره دیاره کانی له نهجیامی یؤ کسمی به دپته کایوه.

- چاره سوری زانراو، تیکردنی یؤ له خوی بهی هموی کسیتک به کاری ده هیئت، وه هم رنگایه له زری و لات به پشم سازی به کان دا به کار هیتر او.

کاره نیو دولتتی به کان بؤ چاره سگر دنی ناهمواری به کانی یؤ کسمی (IDD) وه که دهره کوی هم کیشیه گرتی کس گموری جیهانی به، بویه به پتو سستی زانرا که میندیک له لیکو لیننوه بریارو کاراندی کراوه بخینه به ده ست.



- نو ژماره به (۶۰۰۰۰) شست هزار یان سکه که یان هر چو بویان به هر دوی بویان، چنه کاتو مینرک دوی به بون مناله کان مردن.

- (۱۲۰۰۰۰) سده بیست هزار ژن له نافرمانه سکپری و من بونه که یان ناسایی بو وه مندالتی ناساییان بو، دوی به مانیکتک بویان دهره کوی نو ساوایانه به سروشتی پیش - کوی و گویان بؤ دنگ خارو چاریان زیت و ناگدار نریه.

هریو سالی دا پتیا نهرگرت و ده ست و پلین به مریک و پتکی به نره هیته.

سالی (۱۹۹۲ تا ۱۹۹۳) کتیک هم منالنه لیری ریشتر نمبرون، له وریکاری به مندی تندرستی به شکی دا پتیا ده پتیرا که مری کانیان (بهریست) کم نو سی تیرو همیشیه یان، سله ژماره به کی کم هم خیزانه هوی راسته قینه یان - و نسی، توشی کسمی نایدین، له خوار دنی به که که دا، بووه به مریک هرده هم گمشه کردنی ناوه ده تریستندامی ده مار (C.N.S) دا، نو مندالنه منجمام دا ده یان لاند به ده ست نو هموی گریگرت و تیشته یی ریزانو نابوری بهوه ته هم دوا کویتنی ژیری به بؤ هتوی دورو دریز دیکات.

- ملیون تیک سکپری تر خوار ناغه کانی سهره تادا مناله کانیان سروشتی دیارن،

ته نو کاتسی ده گمشه تهمینی قوتاجانه نو سا چنه جشانه کیان تیا دهره کویت وه کم بیستن، تیک چونی حوی چاو، خیل و دوا کویتن له قسدا یا چنه ناهمواری به کی به هارو ماسولکه.

هرده ها له زری کس (۵) ملیونی تر خیزان هستی به ناتواری نه گمشه کردوه، به لام نه گری نو مندالنه تاقیکردنوه یی زری کیان بؤ بکریست، کاتیک ده چنه قوتاجانه دهره کویت هموی له رادی زریه کی دا کم دینن و دچنه ریزی نو

۳- دلتیابون لھممو ئو خویئیی کدھنترتھ وولاتھو یاخود لو وولاتھدا خویئیی بھرھم دھنترتھ بۆ مرۆف و ناژەل بھپیی پیتوست یۆد کراو بۆ لھ کارگھ، چ لھ کاتی ھاتنھ ناو وولاتھو لھوئیی فرۆشتن و چ لھ کاتی بھ کارھیتان لھمال دا لھمھ بھدانانی پیتوست و رتگھستنی یۆد کردنی خویئیی و بھدواداچوونی لھمھ کارھ دھیت.

۴- ھولتھان بۆ کارکردن لھ گھل کارگھ خویئیی بۆ نالوگۆر کردن و دابین کردنی پیتوستی بھ سھرھ کی بھ کان نھ گھر پیتوستی بوو بھ:

- ا/ دامھزانندی نامیری یۆد کردن.
- ب/ کارکردن بۆ بھدھست ھیتانی پۆتاسیۆم نایۆدھت بھھزاترین نرځ.
- ج/ داھیتانی پۆتاسیۆم کۆنترۆل کردنی چۆنایھتی کھتیتیدا چاودیری بھرھم بکرت لھ لایم بھرھم ھیتھرھ.
- د/ یارمھتی پیتوست بھرتھ بھتایبھتی بۆ ئو مھرجه زیادھیی پیتوستھ بۆ یۆد کردنی خویئیی بھ.

۵- کارکردن بۆ رتگھستنی چاودیری نیشتمانی (الرقابھ الوگنیھ) لھستھمیک زانیاری دا بۆ پیتوستی بھ کانی لھمھ پۆسھیی (یۆ کردنی خویئیی)، نیشانھ کانی بۆ یونھوئیی نھ خوشی بھ کور رژی گۆیتھو دھر کردنی نایۆدین لھمیزدا، وھ نامادھ بون بۆ ھھر کارتکی پیتوست نھ گھر یۆد کردنھ وھ پیتوست نھبوو.

۶- داھیتان و فیتر کردنی تھواو لھوولات و دھرھ ییدا بۆ کارمھندانی تھندروستی، راگھ یاندن و زانیاری و بھشی خویئیی ھھر کسانیک کھ پھوھندی دارن یو مھسھ لھ یوھ.

۷- کارکردن بۆ فیتر کردنی تھواو بازو رگانی خویئیی، بۆ کھم کردنھوئیی لھدھست چوونی نایۆدین لھناوھندی بھرھم ھیتھرھ بھ کارھیتھردا، ھمروھا بۆ بھ کارھیتھر بھ نھجایی کھم کردنھوئیی لھدھست چوون لھمالدا (کاتی ھلگرتن و لیتان).

۸- یارمھتی و ھاوکاری لھ گھل لایمھ نیشتمانی بھ ناوھندی بھ کان بۆ بھ پۆرھوئیی کۆنترۆل نھیتھنی (IDD). سھرچاھ کان:

1. Nilson Text book of Pediatrics 12th edition By Behrman, Vanhook 1983
2. Davidson's principle and practice of Medicine by John Macdonald 13th ed. 1981.
3. Micronutrients Mid Decadeals - unicef Nov. 1993
4. Guideline for rational drug use by Dr. Von Mameow, J. K. Ndle, R. Koro AMREF/Macmillan publication - 1997.
5. Guideline for rational drug use by Dr. Von Mameow, J. K. Ndle, R. Koro AMREF/Macmillan publication - 1997.
- ۱- الاسترئیجات الممتلطة بالطفل في التسمیحات - یونسف / ییار ۱۹۸۹.
- ۲- وضع الأطفال في العام ۱۹۹۵ یونسف.
- ۳- خدواتا ومستقبلها - الأشهاد العربی للصناعات الغذائیة د. فلاح سعید جبر.

نایانی باسھ کھ سی رتگھراوی سھرھ کی نیتھتھوئیی کارسان و چارھ سھری لھم کیتھبھ کردھ، نوانھش رتگھراوی یونسف (UNICEF) و رتگھراوی تھندروستی جیھانی (WHO) و ھمھوئیی نیتھتھوئیی بۆ کۆنترۆل کردنی ناھمھواری بھ کانی لھمی نایۆدین (ICC IDD)، دھیتھ بووترتھ کھ کۆنترۆل کردنی (IDD) لھ گھل کۆنترۆل کردنی ناسن و ھمروھا نیتامین (A) لھجھاندا سھ بھنامھ سھرھ کی جیھانین لۆزھ ساوی (کۆنترۆل کردنی مایکروخۆراکھ کان) - Micro Nutrient Deficiency Control - لھو کۆنترۆل بھ کانی کسانیی (۱۹۹۰) دھریاری ناھمھواری بھ کانی لھمی نایۆدین گھا، لھمھ یھ کیتھ لھدروھه کانیاں بوو (یۆد کردنی ھممو ئو خویئیی بۆ مرۆف و ناژەل بھ کاردیت لھ گھل ئو خویئیی بۆ ھلگرتنی خوارن بھ کاردیت، لھمھمو ئو وولاتانھ ناھمھواری بھ کانی لھمی نایۆدین تیایاندا کیتھبھ کی تھندروستی کۆمھل).

ناماھتیک ناوھندی کھدوای تھو بھریاری لھسر درا، گھیشق بھدھ کارھیتانی خویئیی یۆد کراو بھتھواوی لھزۆرھیی ئو وولاتانھ کھتیا یاندا (IDD) کیتھبھ کی تھندروستی گھتھری بھ، نھدھاتھ کایمھ بھتایبھتی نھوانھ کھ (IDD) تیایاندا کیتھبھ کی گھوھیی، ناماژھ بھبھر کھیتانی "رۆنی یۆد کراو" (Iodized Oil) کرا کھبھشوی کھسول بھدھم، خود بھدھوئیی بھری بۆ ھاوولاتیان وھ کارتکی کاتی. سھرھادا ھلھسھنگاندنیک خیرا بۆ (IDD) پیتوستھ بھمھبھستی نامۆزگاری و پلان دانان، لھدھاتھوئیی چاودیری تا تھوکاتھ ھلھسھنگاندن نھ کرابوو.

خویئیی یۆد کراو لھمھندئ وولاتھدا زیاتر لھ (۶۰) سالھ بھ کارھیت. وھ تا سالی (۱۹۹۴) زیاتر لھ (۶۰) وولات لھم کاری بھ نھجایم گھ یاندوھ، چونکھ لھم کارھ ناسن و ھززان ناسایی بھ و بھخیرایی کارھ کات دھمیتھتھو، تھ کۆنترۆل یایی لھم کارھ بھباشی زانراو ئو رادھیی پیتوستھ لھتھتھ کردنی (۱۰۰ تا ۱۰۰۰ مایکروگرام / ملیۆن خویئیی) لھ لایم رتگھراوھ کانی (W.H.O, Unicef, ICC IDD) بھریاری لھسر دراوھ.

کورتھ ی کارھ سھرھ کی بھ کان بۆ یۆد کردنی خویئیی لھجھان دا:

- ۱- ھلھسھنگاندنی ھھر وولاتیک بھپیی لھوی: نایا رادھ (IDD) تیدا کیتھبھ کی تھندروستی کۆمھل گرنگی ھدیھ، یان نا؟
- ۲- نامۆزگاری و کارکردن بۆ کھم کردنھوئیی (IDD) و بھجھان کردنی بھ کارھیتانی خویئیی یۆد کراو بۆ خھلک و ناژەل.

مادە بېھۆشكەرەكان و

ئايىندەسى مەزۇق

نوسىن و ئامادەكردنى: فاضل ابراهيم (ھىمەت)

مامۇستاي پەيمانگاي تەكنىكى لەسلىمانى

تامىرو كەرسەنى ئاشكارا كەردن و دۇزىنەنى مادە ھۆشكەرەكان...
ئەمە سەرەپى مەشق كەردن و راھىتەنى ئەمە كەسانە ئەمە بىوارەدا
كەردەكەن، كەسانى شەرەزاو كەرامەتەن لىدەرچە...

ئەمەش بىمەبەستى بالا دەست نەبەستى لايەنى دووم (مافىيا)
قاچاقچىيەكان) لەگەل ئەمەش دا ئەمە كەشەپە ھەر بەردەرامە،
لەولاتىيەكە بۇ ولاتىيەكە تەرىپى سەزادەن دەگەرتىپ، سەرەپى
جىاوازى چۈشەپە بىرەنگەرىپەنەنە ھەشەشتەن و تەگەندەنى
ئەمە بازەگەنە. لەزۇر ئەمە ولاتەندە سەرگەردە كەردەستە
بەرپەسەكانى ھەمەتەكان دەكەنە تۇرى ئەمە بازەگەنە و
ئەمە كەردەنە، ئەمەش دەگەرتەنە بۇنەنى كە بازەگەنە كە
بەبەھەر بەرپەسە قازانچىيەكە گەردە ھەپە و ھەندەنەكەشە
بۇنەنە بەرپەسە لايەنە كەبەكەنە ئەمە تۇرە...

تەنەت لەمەندەن ولاتە بەتەنەنە كۈتۈرۈلۈپ ولاتەكە دەكەن،
تەزۇرى كەسانى بەرپەسە دادەكەنە دەكەن، ئەمەنى ياسا
پەپە دەكەنە لىپەنى ئەمە دا دەستەتە، كۈلۈمبەيا
ئەمەنىكى زىندەنى ئەمە راستەپە. ھەرەھە ئىتالىا و چەندە
ولاتىيەكە تە.

زۇرجار پىاوانى مافىيا قاچاقچىيەكان كەلگەپەكى كەشتەكالى
دەپەراو دورە لەمەلەكى دەكەنە ئەمە مەدانەنى تەپەدا بەرپەم
دەھىتەن، سەرەپى چەكەزەنكى زۇرۇ ئامىرو كەرسەنى
ھەمەپەنگە، كەمەندەكە چار لەگەل ھەپە سەپەنى ئەمە ولاتەدا
دەكەنە شەپە. لەمەمەن كەتەش دا ھەندەكە ولات خەپە

بەكەك ئەمە بەتەنە دىارەنە كەشە گەنگە پە مەتەسەنەنى
مەپەنى ئەمە، كەشە بەبەستى مادە بېھۆشكەرەكان
سەرەپە، كەشەتەپەكە پەپە سەندەنە جەپەنى ئەمەپە
مەتەنە بەردەم مەتەسەپەكە. خەپەكە ھەپە جەپەزەكە
سەرەپە كەشەتەپە ئەمەنە ولاتەنى پەشەكەتەنە، ولاتەنى
مەپە سەپە دا ئەمەتەنە. ئەمە زىنەش ئەمە سەپەدا بەرەپە
سەرەپە ئەمە سەپەپە جەپەنە چەندە گۈرەپەنىكى
سەرەپە، ئەمە بەتەپەنى ئەمە دىارەنە رەفەتە نەزەنە تەپەنە
جەپە جەپەنە، دەكەتەنى دىارەنە مادە بېھۆشكەرە
سەرەپەكان و (راھەتەن - ئەمەنە) بۇ، كە مەتەسەپەكى گەپە
سەرەپە ئەمە مەزۇق ھەپە. ئەمە بەتەپەنى كەسانى راھەتەنە
سەرەپە مادەنە. كەشەش مەتەسەپەكى گەپە ئەمە
سەرەپەكانى راھەتەنە، شەپەپەنى ئەمە مەتەسەپە ئەمە
سەرەپە، ئەمەپەكانى كەشەلەپەنى تەنەنەستەنە دەپەنەنى
سەرەپە ئاسەپە بگە رەپەش دا دەردەكەتە...

سەرەپە ئەمەپەكەنە بەكەشەنەنى مادە ھۆشكەرەكان زۇرۇ
سەرەپە. كەشە گەپەگەتەكانى بېھۆشكەتەنە تەكەلەزۇپە
سەرەپە زەپەنى پەپە سەندەتەنە بەردەمە دەپەتە. ئەمە
پەشەتەش ئەمەپە بەرپەم ھەنەنە ئەمەپە (تەپە) كەردە
سەرەپە بەكەشەنەنى دا پەپە دەپەتە. ئەمە سەرەپەنى پەشەكەتەنى
سەرەپەكانى ئەمەپەنەنە رەگەتەنى مادە ھۆشكەرەكان،
سەرەپەنى پىاوانى ئاسەپە كەسانى بەرپەسە بۇكەشەپە،
سەرەپە پەپەسەپەكى ئەمە بىوارەپەنە بۇ دەستەپەكەردەنە

به چاندن و دوست کردن و به کارهینانی تنها بۆ کاروباری به کاردیت کیمیا سا رنگه پین نمدات وک تلیاک و بهر یووه کانی بهنگ (حشیشه) و درماتی ورتنه (هلوسه) و کۆکاین و ماده ووزه بهخه کان، به لام ماده هیتن کمره کان و ته لکحول و درماتی خو بهوشبر ناژمیرد رت.

پیناسه زانستی: - ماده هوشبره کان ماده به کی کیمیا رین ده بنه هۆ و نه ووه خولن خست و پین ناگایی و نه هیتنی تازار، وشی سکر، هوشبر لوشی (Narcotic) و هر گیاره که له وشیه کی به بنه چه نه غریقی (Narkosis) و هر گیاره، بهمانای سکره دیت، به پینیه ماده ووزه بهخش و درماتی ورتنه کردن به ماده هوشبر ناژمیرد رت، به لام ته لکحول و عروق به ماده هوشبر ده ژمیرد رت.

ماده بیهوش کمره کان به پینی بونیان (سروشتیان) ده کرتن به دوو بهشوه بهشیکیان بهشیوه سروشتی و بهشیکیان کیمیایی (دوست گره نیان)

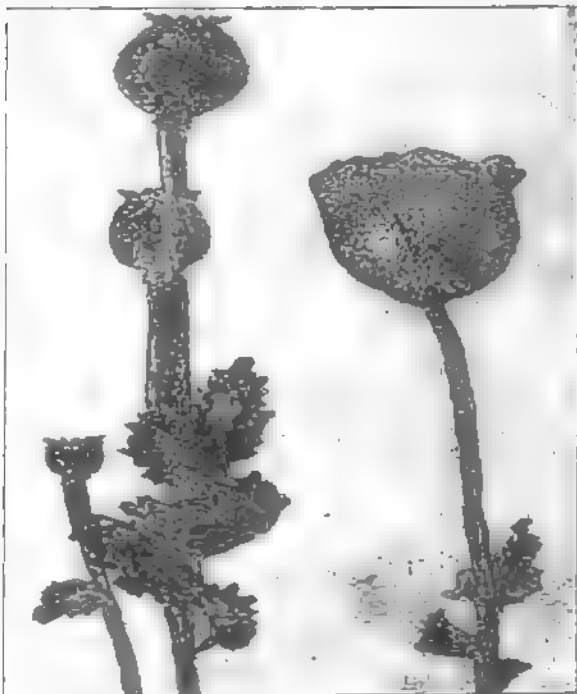
۱ - ماده هوشبره سروشتی به کان: شو مادانن راسته ووه لوه وک و دره ختوه خه لکی به کاریان ده هیتن.

(ا) گه لای کۆکا Erythroxylon CoCa

(ب) قات Khat

(ج) تلیاک (نه فینون) Opium

(د) بهنگ (حشیشه) Marijuana (Hashisha)



چاوپوشی له بازگانی ده کات، سهرای ریکوتنامیه کی جیهانی گدژ بهم بازگانی به هیه.

خوباراستن و چاودیری کردنی ماده بیهوش کمره سکره کان، کیشه به کی بهر ده به به و پتویتی به کی سهرانی ریکوتراوه بهر ده به و جهماوه به کانه، که بهر ده به توانیش بهر برس بن، بهوی لاوان و کۆمهل هوشیار به کتوه له متریسی شم دیاره کوشنده به کمره ژ مرزقایتی و بهر برسیاری داده مالتیت،

له سهرای بهر برسیاری خیزان (دایک و باول) و قوتابخانه و ده زگانی راگه یاندن، ته مانیش بهر گومان که کار به گریه کیان له سهر وشیار کرد نهوی جهماوه و کۆمهل ده بیت، به راستی متریسی به کی بهر ده ماده بیهوش کمره کان زۆری زۆری جیهانی گرتوتوه چونکه بازگانیان و پیوانی (مافیا) هه میشه همل ده به خه لیککی زۆری تپوه گلست، به متریسی نهوی داواکاری له سهر بهر جهما کانیان زیاتر ده بیت و له هه مان کاتیش دا ریکه له بهر ده شم ناو دیو (ته ریب) کردندا تاسان تر ده بیت، چونکه شو کسانمش خویان ده بن بهر بهر نیشاندیری پیوانی مافیا.

شم متریسی به له لای بونیوه به کی خیرا دایه ولات و هه رمی کوردستانیش هیهچ ده ورنی به شم متریسی به، ته ممش ده گرتتوه بۆ گو بهاری یارودخی ناوچه که هه ولی بهر ده وامی (مافیا) و قاچاخچری به کان بۆ ده سته بهر کردنی کرباری زیاتر له هه مو ناوچه به کی جیهان دا.

ماده هوشبره کان:

تا ئیستا پیناسه به کی بهر به به به ته که (هوشبر - سکر) نیه. ته ناست سهرچاوه یاسایی به کاتیش وک پتویتی نه یان تانیوه پیناسه به کی بهر به خشن، جگه له وهش ریکوتنامی تلیاک جیهانی که له سال ۱۹۲۰ له جینیف مۆکرا بهم شتیه به سهر پیناسه ده کات: هه ماده به کی هوشبری سروشتی یان دوست کرا و بریتی به له ماده بیهوش کمر.

به لام به پینی ئینسایکلوپیدیای بهر تانی که ده تی.. ماده هوشبره کان شو مادانن که نه گهر له لاین مرزوه به کارهینان و بون بههوی خه رکی قول، ماده هوشبره کان دوو پیناسه گرنگیان هیه، به کتیکیان پیناسه یاسایی بهر نهوی تریان پیناسه زانستی به.

پیناسه یاسایی بۆ ماده بیهوش کمره کان بهم شتیه: ماده هوشبره کان کۆمه لیک ماده ن که ده بنه هۆی (راهاتن - نیدمان) و زهرای بونی کۆتنامی ده مار... و ریکه ناوری

كارېگري دده كېوت... كېواته رنگي هلمزېن كارېگريه كي
سې نموندي رنگي دمه.

چاندني لدم رووكه (پهنگ)

لدم رووكه لمشوتنه بمرزه بمرافوانه كاندا دېوتت.
لمزېرهل ومړج كمشر هوايه كي تايېتې دا دهېت، ورك
چونيتي زوي كيتلگه كمر نار و هواي ناوچه كه. چونكه لدم
رووكه لمزېرسي زړي لمر ولاتاندا دېوت كي كوتونمته
سرهېلي ناوړاستي گورم، پان لمر ولاتاندي ناوهواي مام
ناوندېر گمرمه. پاش چاندني بېسې مانگ پېدېد گات و گوره
دهېت همدې جارېش بشتويه كي سړوشي لهجېهاند دېوت،
بېلام بشتويه كي زړر كم. درژي ده گاته (۵-۱) متر، قندي
لدم رووكه تېرو شېدارو زېرو بوني تېر. رووكه بېنگ تال
راگېزه، واته رووكه نېرو مې بېجيا دېوت...

نمېكوتن، بېر شتويه گېلار لاسكو قنده كمر توره كاني
لېمرېك هلمدو شېتېموو نېنجا دانو توره كان جېاده كړتېوه.

چ- تلياك، خمشاخاش (شېفون) { گولكه خاتونه - چاران چمېله } Papover Somniferum

وړك دمر كوتوره كه كوتنېن سمرچاوي ميژورسي باسي
لنډه گات، لمړش نور اوژكي سؤمريه كانه لدم رووكه
ناسراوه، واته ميژوره كي نه كړتېوه بؤ ۶۰۰۰ هزار سال
پېش زايېن كمناسراوه به (رووكه بېختياري)، تلياك بې كوتنېن
مادي هوشېر ده ژمېردت كمر وژ بې كارې هېناوه، ورك
له (له ليازو توديسه) دا سالي ۸۰۰ پز باس كراوه. مړ وژ
له كوتن دا تنها سې ماده پان بېمترسي دانواوه نمرانېش
(تلياك) و (پهنگ) و (كوكايېن) د.

بېلام تلياكېان بې مترسي ترين زانېوه ... يوناني و گريكي
رووكه كي (خاشخاشيان) پان بې چاكي ناسېوه. تا سمرده مې

نېستاش لمر ووي
پزېشكي يوه
گړنگي يه كي چاكي
هېد.

بق سك چوون وكم
كردنوي نازار وخبو
بېكار هېناروه ...
نېستاش همرله وېواره دا
لېمر وويو مېه كاني تلياك
چېند ماده يه كي تري
گړنگي لي
دېره هېنرت، ورك
مؤرفېن و كودايېن.

لدم رووكه لمر وويار
يوكسلافي و نيران
وهند و يونسان و
پاكستان و توركي و
نهفغانستان دېچنري.

... همر ولايتكېش بؤي
هېدې رژويه كي تايېتې
بؤكاروباري پزېشكي
خؤي بېچنيت و بېرهم
بېچنيت ... توركي و
يونان تالم چېند
سالي دوايې چاندني



چونيتي بېرهم

هېناني پهنگ

(بېنگ) دهنكوله
(دان) سمرچله كاني
رووكه كاماده دېكرت،
واته دهنك و توره كاني
سمر لقر چله كاني
كوده كړتېوه، بېلام
توري همر رووكه كيكي
نېرو مې بېجيا يا
پنكېوه كوده كړتېوه.
همرچېنده جېاوازيان
لمر ووي چېرې ماده
سمره كي بېكانېوه
لېمرېك لمر ووي كي
نېرو مې دا جېاوازه. يه كم
چار رووكه كه كه
كوده كړتېوه لېمر ووي
هېتاودا بؤ ماويك
دادنرت، پاشان
دهرته شونېكي پاكو
لوسوه بؤنوي تېكل
بېچي نېت، نېنجا
بېكوتله و تېلا

۱- ئىمىن قەدەغە كەرد بەلام
۱۹۷۰ جارىتىلىرى تۈرۈگە بەجاندنى درايدى.

مىتېر چاندنى روۋىكى خاشخاش (قلىك)

۱- خاشخاش سالانە دەگاتە (۷۰-۱۲۰) سم، گەۋگە
۲- پىر نىرۇم ناسكىو مىلى ھەيدە. ئىم روۋەكە گۈلنىك
۳- مىكى سۈرۈر چۈر پەردە، ھەندىك چار رەنگى
۴- چۈرەكانى زۇرچار لەيلىك دەچن پان لەقبارەدا جىياۋزى.
۵- خىر كىتىك پىن دەگات بەرۋو تۈزۈك دەگىرى، لەشپىۋى
۶- تۈزەتلىك تىكدا بېچوكت لەقبارە پىرتە قالىك داپە.
۷- تەجىند واپە، پىنش ووشك بىۋىز كاسىل بۈرسى،
۸- تەپن كىسانى تايىبەت بەم كارە، بەگۈزۈنىك پان
۹- خىر تىزىر دۈزۈكى بارىكى تىن دەگىن. لەو دۈزۈر شىلو
۱۰- سىبىر لىنج دىتە دەروە، كەبىرتىرە لەشپىۋىن يەكەچار
۱۱- خىر شىر ماسا داپە، بەلام كاتىك ووشك دەيتىۋە
۱۲- خىر دىگۈرى بىر خۇلەمىشى، كىردارى لەت كۈردى
۱۳- خىر تەپن دەيتە لەنىۋاران و خۇرناۋادا يىت، بەلام سىر
۱۴- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۵- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۶- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۷- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۸- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۹- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۲۰- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر

۱- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۲- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۳- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۴- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۵- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۶- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۷- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۸- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۹- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۰- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۱- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۲- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۳- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۴- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۵- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۶- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۷- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۸- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۹- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۲۰- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر

۱- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۲- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۳- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۴- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۵- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۶- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۷- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۸- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۹- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۰- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۱- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۲- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۳- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۴- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۵- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۶- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۷- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۸- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۱۹- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر
۲۰- خىر تىزىر دۈزۈكى بەلام پان بەمىر تامىرتى تىر

۳- ئەففىۋى سۈۋتاۋ كاتىك ئەففىۋىن ۋەك جىگەرە ئەكىشەرت
بەشىنىكى لىن دەمىتتەۋە. لىر بەشى ئەففىۋى سۈۋتاۋ
رەۋەيەكى زىاتىرى لەمۇرۋىن تىيە. جارىتىلىرى ئەففىۋى سۈۋتاۋ
بەكار دەمىتتەۋە بەشىۋى ھەلۋىن پان تىكەل كۈردى
بەلەففىۋى تازو بەكار ھىتەنەۋى.

۱- غلىتو پاشىۋى ئەففىۋى:

۱- زۇرچار ئەففىۋى سۈۋتاۋ لەگىل ئاۋدا تىكەل دەگىرت و گىر
دەگىرت، مادەيەكى رەقى لىن بەچن دەمىتتەۋە كۈرۋەيەكى
كەمى لەمۇرۋىن تىنداپە، ۋ رەنگىشى رەش ۋ رەقە.

۵- ئەففىۋى لەگىۋەر پىنكەتە پىزىشىكە كاندە:

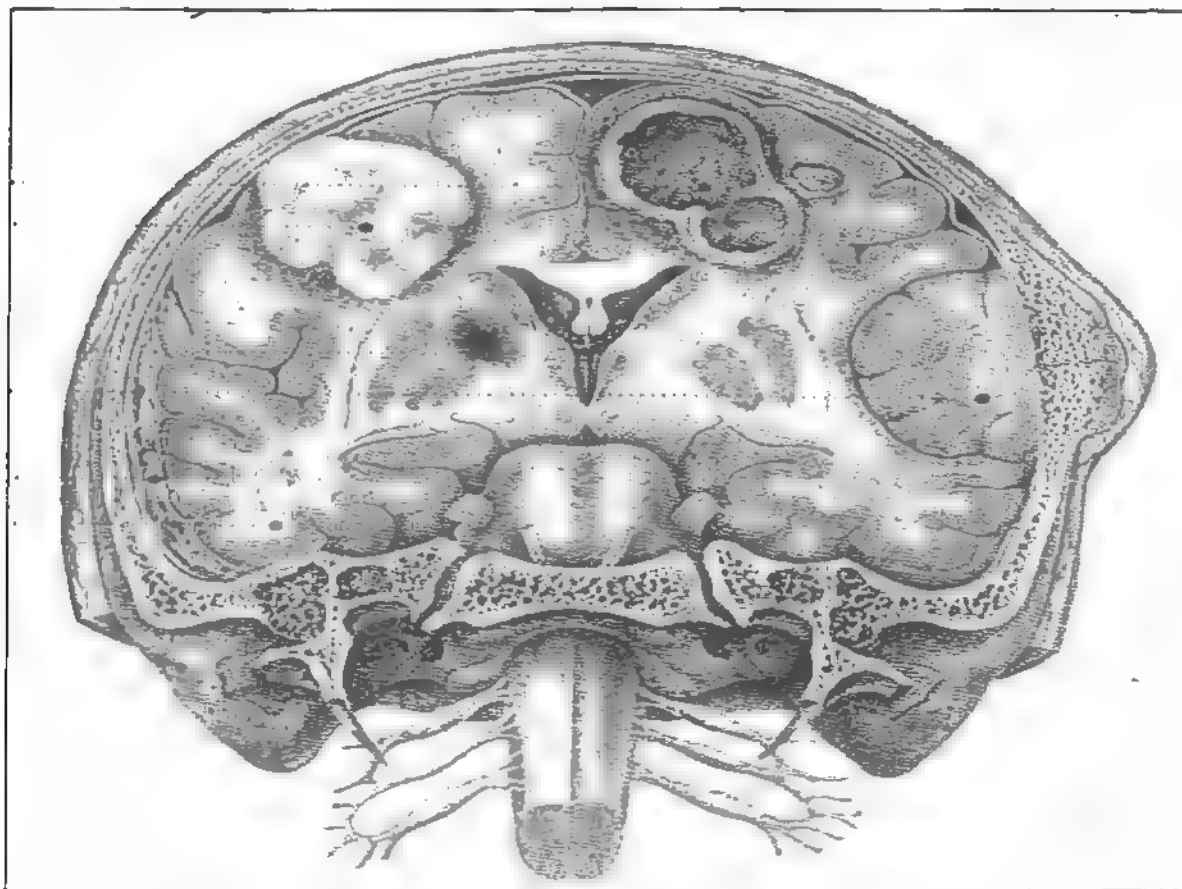
۱- ھەندى كارتىك ۋ گۈرۈنكارى كىمىيە بىسەر ئەففىۋى دا
دەمىتتەۋە بىسەر بىسەر بەكار ھىتەنەۋى بەشىۋەيەكى پىزىشكانە
جۇۋاۋۇر، لەۋارەكانى نەشتەگىرى ۋ نەشتەنى ئازار، ھىر
لەمىرەۋەيە ئەففىۋى نەشتەگىرى گىرۋى لەۋارە پىزىشىكە دا ھەيدە.
ھىرەۋە بەرۋىۋەۋى تىر لىن ئامادە دەگىرت لەشپىۋى
(ئەمپول)، ھەزى ۋەك (پانتىۋىن) ۋ (ئەمپىۋىن)، مۇرۋىن
گىرۋى تىر سىرەكى تىر پىنكەتەكانى ئەففىۋە كە
كارىگىرەكى راستەۋىزى لىسەر فىسەۋىلۋى ئاۋەندە
كۈتەندامى دەمار ھەيدە. پان (كۈدەين) كە لەدۈست كۈردى
شەرىۋى كۈكە بەكار دىت.

۶- دەمىتتەۋە ئامادە كۈردى ھىرۋىن ئەففىۋى:

۱- بەھزى چەند رەنگەيەكى كىمىيەيەۋە دەۋانەۋى مۇرۋىنى خاۋ
لەئەففىۋى ئامادە بەگىر كە ئاۋ دەبىر بە (مۇرۋىنى تەقى)
لەشپىۋى تۈزۈكى رەنگ خۇلەمىشى كال داپە.
پان پىنى دەۋرتىت (دەۋەم ئەستىلى مۇرۋىن). ئەم مادەيە
لەگىل مادە تىكەل دەگىر تىنجا پان بەھەل پان
توانەۋى لەۋاۋا پان دەۋزى لەشپىۋى ھەلۋىن بۇن كۈردى
دەۋزى بەكادە ھىتەۋى.

۱- ھىرۋى ئوانەۋى لىسەر مۇرۋىن راھاتۋىن بەم شىۋەيە
بەكار دەمىتتەۋە، دىن ئەمپىۋىن تا مادەيەكى سىپى
لىن دەۋرەچىت، كەمىزى ھۇشپىرەكە ۶-۱۰ ئاۋەندە ھى
ئەففىۋە، ھىرەۋە لەمۇرۋىنىش ھىرۋىن دەۋرە ھىتەۋى،
بەكار ھىتەۋى تىرەلۈكەكان ۋ مادە كىمىيەيەكان.

۱- بەلام ھىرۋىن بەھىزۋىن تىرەلۈكەكان، بەتايىۋى لىسەر
ئوانەۋى راھاتۋىن، چۈنكە ھىرۋى ئاۋەندەكانى لەش لىسەر ئاۋ
ۋەيە رادەن كە لەمىرۋىنەۋە پىن پان دەبەخىشەت. ھىرۋى زۇر
زەھمەتە دەست بەردارى بىر ۋازى لىن بەھىزۋىن ھىرۋە ئەم



داري کؤکاو کؤکايين Coca and Cocaine

درهختی کؤکا همیشه گهلا سوزو درتژی ده‌گاته ۱۵۰سم. له‌کش و هوا یه‌کی تایه‌تی دا دهریت، که‌پیرستی به‌گرمی یه‌کی همیشه‌یی له‌نیوان ۱۵-۲۰ پلمی سمدی دا هه‌یه. له‌گه‌ل یه‌ری رتژو راده‌ی ش... داری کؤکا به‌شیره‌کی زۆر له‌ئهمریکای باشوور (پیر - پولیفیا) و هه‌زی زنجیره‌ چیا (ئەندیز) هه‌یه له‌بهریونی ئو کمش و هوا ئونه‌یی یه: خه‌لکی ئهم ئاچه‌یه هه‌ر له‌کۆنه‌و ئهم دره‌خته‌یان ناسیووه گه‌لای ئهم دره‌خته‌یان به‌کاره‌یناوه به‌شیره‌ی جوین و مژینی. گه‌لای ئهم و لوسو هه‌لکه‌یی یه‌و به‌شیره‌ی هیشو (تۆپه‌ل) دیاره...

چۆنیته‌ی به‌ره‌م هه‌ینان و به‌کاره‌ینانی کؤکايين

کؤکايين ماده‌یه‌کی سپی بلوری تفته، وه‌ک هه‌راوه‌ی خوی سپیره، هه‌ندێ جار له‌بهر سپیته‌یه‌کی ناوه‌بریت به‌بهر، هه‌ریزه‌ زۆر ناسایی و ناسانه‌ ماده‌ی تیکه‌ل بکرت به‌مه‌ستی فیل کردن زۆر جار قاچاخچیره‌کان هه‌ندێ ماده‌ی سپی به‌و

هه‌ریزه‌ به‌چهند قوناغی که‌ی تر دا تیده‌په‌رت تا هه‌ریزه‌نیکی چاک و به‌هه‌زی له‌ی دهریته‌و یۆ به‌کاره‌ینان ده‌ست به‌دا. که‌له‌شیره‌ی ده‌نکۆله (دانکۆله) به‌چوکی سپی یان شیره‌ گه‌می دا ده‌توانی بکوتری، ره‌نگه‌کی له‌نیوان خۆله‌مه‌یشی و قاوه‌یی دایه ئهمه‌ش به‌ریته‌یه له‌هه‌له‌یه‌ک که‌ده‌ی به‌پالێورت.

۷- چۆنیته‌ی به‌کاره‌ینانی (خواردنی) ئه‌فین و به‌روبووه‌کانی:

له‌هه‌ندستان له‌ریگی ده‌سه‌وه به‌کار ده‌هه‌ری، به‌لام له‌چین و ئیران و هه‌ندێ ولاتی باشووری رۆژئاوای ئاسیا به‌شیره‌ی هه‌له‌مژین به‌کاری ده‌هه‌نین... به‌لام له‌ئهمریکای فله‌نسوا ئه‌نگله‌ره به‌هه‌زی ده‌ری لێدانه‌وه به‌کاری ده‌هه‌نین ئه‌وه‌ش به‌توانه‌وه له‌ئاوی پاگدار گه‌رم کردنی، پاشان به‌هه‌زی سه‌ریکه‌وه راده‌کێشه‌رت پاشان به‌هه‌زی به‌کار ده‌یت. یان له‌گه‌ل قاوه‌ی شیدا تیکه‌ل ده‌کری و ئه‌توانیته‌وه ئه‌خوژیت. به‌لام هه‌ریزه‌ی دوا سوتاندنی گازه‌کی هه‌له‌مه‌ژیت یان به‌هه‌زی وه‌ک شیره‌ی پشه‌وه به‌کار ده‌هه‌ریته.

رنگی سبزیم، رنگی درزی لیدان لده ماری خوتنمه، پاش
توانموی لدهاوا یمینجا بده درزی ٹوکسه لهخوی دهات.

512

بهمان شیوه روده‌گی (قات) یش هر له‌کۆنموه زانراوه، له‌لای نهمریقی‌یه‌کان له (ئاگری پیمۆزی) ئاههنگه ئایینی‌یه‌کاندا به‌کاره‌ئێراوه.

همروها نمکندری گوره بز چارمیری لور نه خزشی به درمائه به کاری هیتاو که لغنیو سربازه گانی دا بلا یوتموه. له سدهی شازده هم دا له لاین میژونوسه عمر به کانه، باس کراوه، که روتریانه نم روه که له (عمدون) و (یممن) ده چنتری همروها له (حبیشه) ش ده چنتری هر لسیوتو به لولانی تردا بلا یوتموه. قات لور به خشه گانی کۆنه نداسی ده مار، و ناکوتیه ژیر چاودیری دوه لیموه قات چمند ناسوتکی تری هدیه لوانه، پیی دوتریت.. چای نه فریقی، چای عمره بی، گفتا، کات، میرا، موزا، میونجی، تاست، وارین، هند.. چونکه قات له هر ولایتکدا چیترا ناسوتکی لسی دینن، وک له یممن دا پیی دالتن (جعفنی)، (صبی)، (صردی)، (صرامی)...

بهریزی داری قات لمنتوان مستر تك بو دو مستر ده بیت، لئاوچه
وشكه كاندا، به لام لئاوچه نیمچه نیستوایی به كاندا ده گاته
۶۰مستر، تمعننی داری قات ده گاته ۲۰ سال. گه لای سموزه گانی
درتیزان ده گاته (۳-۹) سم و پانیه کمی (۱-۵) سم، و لیواری
گه لاکه نارتك و پینكه و لوتكه کمی تیره. قات دوی
لسی گردنوهی گه لاو خونچه ناسك و نه گه یوه گانی هممو
به یانی یك ده سته، ده سته ده كرت و ده خرتیه کیس و توره کمی
تایلونوه نمیش به مهبستی پارتزگاری كردن لمتيك چوونو
لدهست دانی کاریگری و تازه یی به کمی ینجا دافروشرت.
قات به گورمار وشك بونوهی ووزو چالاکی خوی لدهست
لدهات.

چونیتی خوردن و به کارهینانی قات

زۆرچا قات ھەر لىشىۋىن كىلگىسى خۇدا بەگاردىت، يان ئىش
شۇنچىلىقى بىز دەپت. كىزىياتر گەلا سوز: كان و چىز ناسكە
بىز: گەلى بەگاردىت، پاش ئىش كىسكە پىر دەمى
دەكات لى گەلى قات و بىسردەمى دەپت ھىتا شىلەيك
يان ئاۋىك لىدەمىيا دەدات، و قوتى دەدات. چىند جارىك ئىش
گەلىيە بىسردەمى دەپت و دىيارىت، ئار بىنار پىرداخىك
ئار بىسردەمى دەكات، تا ھىمىو ىش شىۋىيە قوت دەدات. ئىم
كردارە چىند جارىك دىيارە ئىستىۋە..

— يېڭى تېڭىل دەگەن، ۋەلا يېڭارىۋاتى سۆدۈيۈم. تىنما
— سەننى دارى كۆڭە مەدەي كۆڭەين دەردەيتىرىت. مەلەنە
— ھەي، كان چۈرچەر گەلەي داراكان ئېرىنىمە (ئەگەنمە)،
— مەن ھەي دەردەيتىرىت. نامادە دەگىرت بۇ دەرىھىنانى مەدە
— تىرە ھەي ھەي ھەي.

[illegible]

— دا كوكايىنى پاك لىشتىۋى نىشتىۋىك دا جيا
نىستىۋ، پاشان كۆدە كرىتسىۋ كىرىژى بىن گىرد
مىدا كىراۋ كە ۸۰%، كىمىر ۱۰۰ كىم لىگىلەي كۆكا
تە، ھەربى كۆكايىنى لىدەردە ھىشتىت.

[illegible]

چینی خواردن و به گارهی تانی گؤکاو گؤکاین

جہ مادہ ہوشیہ بستی رنگہ بہ کار دیت، رنگہ کی دم،
نہ گہ کی درختہ کہ راستہ خو بہ کار دہینرت و نہ جو ری،
یخ شیلہ کی اس در دہینت، نور شیلہ قوت دہات
حشر نموی ماوہ دی تفتیشہ۔۔ نم رنگہ و بہ کار ہینانہ بڑ
حہی شازہ ہم دگر تہوہ۔

یہی درود، ہے عزیز و بڑوں کردن، ہمیشہ بہ چمن رنگوں
 کے بہار و بہار۔

له نېغام دا کسه که ده گورتته پارټیکره، هست به گرمایه کی زورده کا، پاشان عمره قتیکی زور ده کات، ټینجا بهی سانو میشتکی چالاک دهیت، له قسه کردن دا وریاو بموانا دهیت بزیه همدی جار بز به خیر هانتی میوان و ریز لښ گرتیان به کار دهیت.

تاقیگه نهیته په کانی ناماد مگردنی ماده هوشبهره کان

د هرنیانو پوخته کردن همدی ماده هوشبهره سروشتی په کان واک نهیونو کزکا پیوستیان به کرداری کیسای هدی، بز گزانیان به مادهی هوشبهری بهیتر. داین کردنی بزیکي زدی لم ماداندش به همدان شتویه پیوستی به دادم و دزگای تایبتي هدی. هریزه قاچاچي و پیاوani (مافیا) شوتو ناوچي دور له ناو دانی به کار دهیتن بز دروست کردنی کارگو شوتی (تاقیگه) تایبتي بز گزینو بهرهم هینانی ماده هوشبهره کان. که همدو نم کارگو (تاقیگه) تایبتي بز گزینو بهرهم هینانی ماده هوشبهره کان. که همدو نم کارگو تاقیگه یانه به شتوی نهیته بهرته بهرین. لم تاقیگه شونتانه نامیرو کمره سی تایبتي به گزینو ناماده کردنی ماده هوشبهره کان هدی. لم پیوستی یانه! (ترشی نهیایدید نیستی و کلزیدی تمستیل) کدرو مادهی گرننگ له گزیننی مادهی نهیون بز هیرتین همدی جار نم تاقیگه یانه به شتویه کی گمړک (بمه یاره) له شوتنیکوه بز شوتنیکو تر ده گزیتنه، نه دش بز باری ناسایشو پاریزگاری کردنی له هر هولو کوششیکي پیاوani تمه لاچ کردنی ماده هوشبهره کان بز ده ست بهر اگرتن و ناشکرا بونیان. زور جاریش ناوچه ده کړن و بهر کداره کانی خزان (مافیا) بهتوندی پاسه وانی ده کرت. که همدی جار چک و که لویه لیکي سربازی چاکیان هدی، بز پاریزگاری و بهرگری له بونی خزان.

ریگه و شتویه چوښتی ناو دیو کردنی ماده هوشبهره کان

سره پای هولو کوششیکي بهر دوا می نیو دولتی بز نهیشتن و بهر کردنی ماده هوشبهره کان و ریگه نمدان به نم بازو گانی به، به لام رز برزو جار له گم جاردا شتویه کان و ریگه کانی ناو دیو کردنی (تهرب) ماده هوشبهره کان زیاتو زورتو نالوتز دهیتو، ته کنیک و ته کنیکو نوتی ناو دیو کردن نه دزیتنه، که نه میو په کیتکه له کیتشه سره کی و مترسی واره کانی جیهان و نم بازو گانی به نهیته بهر دوا می بهر و ده کرت. نم له کاتیکدا کیسای ناسایشی ولاتان و

پولیس نهیشتنی ماده هوشبهره کان به نوتی ترین دزگاو نامیرو نوتی ته کنولوتیان بز داین کراو.

سره پای شار وازو کارامه یان لم بسا وده، و رزانه بهزانیاری نوتی فیرده کړن. له گم همدو نم ریگه و شتوانی که بز نهیشتن و بهر کردنی نم بازو گانی به ده گزیتنه، نم بازو گانی به له و اجیکي بهیتر بازاریکي گرمی هدی همدی بهر وانی لښ ده کرت. له همدان کاتیش دا همدی کی بهر دوا می نیو دولتی و یا سا تایبتي کانی سهاره به ماده هوشبهره کان له بهر دوا میسایو مافیاو قاچاچي به کاند دوه ستنه، و سزایان نمدن. نم بازو گانی به سره بسا وده و ناسای بهرته ناچي، به لکو توی گمرو نوسینگو بازاري نهیته یان هدی و له زریو زوری ولاتان د بلا ورنه تهنه. لم بازار نهیته یانه د بهر و بوم له ناو دیو کراو کانیان ده لرتن.

زور ولات خوی بهر پرسی په کمه له ناردن یان چا ویشی کردن له میاوانی مافیا به ناو دیو کردنی نم ماده هوشبهره چرنکه قازانچیکي گمرو هدی. واک دوا میشتیکي ولات سوودی لښ و ده گرن زور جاریش حکومتی ولاتیک جلیوی ده ست له دست دوا و ناتوانی ده ست بگری بهر نم توی لانو بنکی ناو دیو کردن و بازو گانیان دوا.

لبنان له ناردنی حشیشدا په کیتکه لم دولتانه که بز نهیروکار نهرو پای روانه ده کات. همدو ها پاکستان و تایلان و نیپال، به همدان شتویه بز نهرو پای همدی ولاتی ناسیاو نوسرالی بهرنگی دهریو ناسانی ده نیرت.

سره پای نم ولاتانه. چمد ولاتیک تری رز نواوی نه فرقیار رز هلاقی نه فرقیار کشتو کالی حشیشی تیا ده کرت، جگ له بهرهم هینانی ماده هوشبهره کان.

(کولمبیا) ش په کیتکه لم ولاته سره کی یان نهیروکار. که به شتویه کی بهر لارو گه لای حشیش (ماریوان) بز نهیروکار باکو نهرو پای رز نوا ده نیرت. نه دش بهرنگی دهریو ناسان، همدو ها

(جامایکا) و (مکسیک) و (برزیل) و (پاراگواي) هرچی بهرهم هینانی نهیون و بهر بوم کانتی له همدی ولات دا بهرنگی به کی یاسای بهرته بهر. نه دیش به میبستی خری و پیوستی به بزیکي به کانی واک دروست کردنی دهرمان و بهر بوم خستنه کی کارگه پیش سازی به کان و دوا میشتی ولات و دانوی قهره کانی. بهر شتویه بز نم میبستی سالانه چمد تملیک بهرهم دهیتر، بز نمونه سالی ۱۹۸۰ نریکی (۱۷۵۰) تن به شتویه کی یاسای بهرهم هینا وده، به لام به قاچاچ و نهیته همدان سال نریکی (۲۲۰۰) تن بهرهم

ئادىد يۈكردىن (تەھرىپ) ى مادە ھۆشپەرەكان بەيەكەتكە ئەتوانەكان دەژمىردىت، ھەتكا ئىستە لەجىھاندا بەردوامىر ھەر رۆژە رىنگەر فېل و شىوازىك دەژژرتىمەو. پىاوانى مافىا ھەمىر پىشپىنى بەكى پىشكىنى و گرتىن دەگەن. ئەمانەش چەند شىرە رىنگا بە بۆ ئادىد يۈكردىن و شارەندەوى مادە ھۆشپەرەكان:-

۱- شارەندەوى ئادىد يۈكردىن بەھۆى كەشك خۇمەر واتە كەشك خۇى ھەلەدەستى بەگرتانەوى ئادىد يۈكردىن مادە ھۆشپەرەكان، بەشارەندەوى لەجەل و بىرگە كەل و پەلەكانى خۇى دا، پان قوت دانى بىرەك لەو مادانە پاش پىچانەوى بۆتەوى بەرگەى ئەو كارلىكە كىمىيائىنى گەدەو رىخولەكان بەكرىت و نەكرىتەو..

پان ھەلگرتىن وەك شاف بەرگەى كۆم، پاش پىچانەوى پان بەكەس و تۆرەكەى تايەتتى پان لەدۆلەت و زىنى (مەجلى) ى ژنان دا، ھەرەھا لەپىشتۆن و جانناو تەزىج و ملوانكەو بەخەى كراس و گىرفانى تايەت دا، پان لەجەل و بەرگەكانى ژتەرەدا لەزىك ئەندامەكانى زاوژى، پان لەناو پىلاو پاپوچ و پاژەنى پىلاو، پاكەتى جگەرەو مەشتى چەقۇ قەلەم.. ھتە.

۲- ئادىد يۈكردىن بەھۆى ئۆتۆمۆبىلە ئۆتۆمۆبىل و نامىرەكانى گواستەوى زەوى، بەرگە، ئاساى و ئاسانەكانى گواستەو دادەنرىت، كەقاچاخچى بەكان سوردە لىدەبىن لەئادىد يۈكردىن مادە ھۆشپەرەكاندا، چۆنكە ئۆتۆمۆبىل مەجال و بۆشاى تايەت و زۆرى تىدەبە بۆ شارەندەوى ئەو مادە ھۆشپەرە، وەك ناو تەنگەى بەزىن و ناو تايەو بۆشاى بەكانى سەندوق و بەشەكانى تى ئۆتۆمۆبىلەكە، پان دروست كەردى سەندوقى تايەت بۆ ئەو مەبەستە.. زۆرجارىش مادەكان لەئادە دەتۆنرتەمەو، تىكەل بەدەرمانى شىنى جامى ئۆتۆمۆبىلەكە دەگرتت بەمەبەستى شارەندەوى.

۳- ئادىد يۈكردىن بەرگەى دەريايى (بەھۆى پاپوچ بەلەمەو كەشتى بەرە) يەكەكە لەرگە سەركەى بەكانى تى ئادىد يۈكردىن رىگەى دەريايى بە، كەپاپوچ كەشتى و بەلەمەكان دەورى تيا ئەبىن بەرگەى كە تارادەيك كەم مەترىس و سەركەوتەو جگە لەوش ئەتوانى بىرەكى زۆر لەو مادە ھۆشپەرەنى پى ئادىد يۈكرتت بەتايەستى بەكەشتى بە گەورە بار ھەلگەكان، كەسەرەى ئەمانەش لەو پاپوچ كەشتىانەدا بۆشاى و شۆنى فراوان و نەئىنى ھەبە، كە بۆ ئەو مەبەستە دەست ئەدەن ئەتوانى بىرەكى

بەشەكى زۆرى ئەفەندە ھەر لەوژەھەلاتى دورەدا بەمە دەھىنرى، ھەرچى ئەوى تەرىشە بۆ مۆرفىن دەگۆرتت و كىرت بەمۆرفىن پان دەنیردەرتە دەروەى و لات، بەمەبەستى تەرىس بۆ ھىنرىن. لەئەسەرەدا زۆرى تاقىگە بىرەكان لەسەر كەنارەكانى فەرنساو ئىتالىا كە كەوتەتە بە دەرياي سېى ناوەرەست. پاش گۆرەن و نامادە كەردى ئىتر بەرى و لاتانى تە دەگرتن، بەتايەستى ئەمەرىكاو ھەندى ئىتى تى ئەورەپا.

بەسە سىگۆشەى زىرىنى نىئوان سەنورى بەرە (اوس) و (تايلاند) كە بەيەكەكە لەگرتىن جگەكانى چاندەو راندەنى ئەفەندە لەئاسادا دەژمىردىت. بەرە سەنورى (بۆمبا - تايلاند) ئەفەندە دەگۆرتت بۆ بەرى تەقتى پاشان رەوانى بانكۆك دەگرتت و لەوتىمەو بۆ بەرى دەروە.

بە ئەفەندە. لەھەندو پاكستان و ئىران و ئەفغانستان و توركىا بەرە دەھىنرى، بەشەكى بۆ پىرەستى بەكانى خۇزان بەرە دەھىنرىت، بەشەكەى تەرىشى ئادىد يۈى و لاتانى ەمەبەو مەجەنى وەك ئەمەرىكاو كەندەو ئەورەپاى رۆژناوا دەگرتت. بەرە بەرگەى دەريايى و ئاسمانى.

بەكەكانى ئادىد يۈكردىن كۆكەپان.

بەكەكە لەو و لاتانەو دەست پىدەكات كەدارى كۆكەى بەرە. پەنت. و كۆكەپانى لىدە دەھەنرىت، وەك (پۆلىقىا - بەرەمىيا - پىرە) زۆرى كۆكەپانى خۇمەلى دەنیردەرتە بەرە ئەمەرىكاى باكۆر كەندەو ئەورەپاى رۆژەھەلاتى دورە، بەرگەى ئاسمانى.

بەرە ھىنەرانى مادە ھۆش بەرە سەركەكان چەندىن و شىنە بەرە تايەتەپان ھەبە بۆ ھەلگرتن و شارەندەو پاراستنى بەرەكانىان ئەمەش بەمەبەستى پاكەتتى و چاكەتتى و بەرى و تىك نەچوون و بازاپ گەرم كەردى.

بەمە شىوازەكانى شارەندەوى مادە ھۆشپەرەكان

بەمە ھىنەرو قاچاخچى و مافىاي مادە ھۆشپەرەكان، چەندىن شىرە رىگە و ھۆكار بەكارە ھىنەن، بەمەبەستى گەيانەندەو بەرە يۈكردىن ئەو مادانە بەشۆنى مەبەست، كەبەرتى بەرە بەرە نەئىنى بەكان و كەسانى راھاتو لەسەر ئەو مادانە. بەرەھا ئاشكرانەبەوون نەگرتنى لەلەبەن پۆلىس و پىاوانى بەرە كەردى مادە ھۆشپەرەكان. بۆ ئەم مەبەستە چەندىن رىنگەر شىرە زى گەشتى و تايەستى و ئالۆز ھەبە.

۶- قوتی خوراکی هملگیاو (معلبات) له نه نیشته کونی
تجده کرت و بتال ده کرتته، پاشان پرده کرت له مادانه.. و
به برگو ناو نیشانی قته که دای ده پو شنه
۷- له نیو کتیب و ده قته و گو ژاردا، له ریش رنک خستی ماده
هوشبه رکان به شیه یه کی تنگ تا له بوردا هل بگریته و
جنگی بیته..
۸- کله و په لی ناو مال وک له ده سک و ناو کم نژو ژووی نو تن
و قته نه..

۹- بابته و یاری منالانه، وک برو که شوشو شتی تر.
۱۰- کله و په ل نامیتری یاری کردن، وک شه تره نج و دزمینو
تا ولی.. هند.
۱۱- و تنو تابلوی رنکاو رنک و گران به های و تنه کیشان..
۱۲- له ناو رادیو تمسجیل و نامیتری گاره پای.. دا.
۱۳- قه لیم و پیوستی به کانی قوتا خانو قوتا بی.
۱۴- له نامیتری کانی موسیقادا.
۱۵- قوت دانی برک له مادانه پاش پیچانه و یان و خسته
ناو توره کی نایلونه.
۱۶- هملگرتی له لشم و جهستی سرودودا، یان سه گو
پشیلو گیان له بری له شیه یه.

هوکاره کانی

لیره د مسه لای بازو گانی کردن و قاچاچی کردن به مادانه،
جیاوازی هیه له گهل توانی به مادانه کاره هله د سترو توانی
له سر و راهتون و نالوده ی بون (نیدمان بون)، له برنرو،
هاندرو هوکاره گان له ناسته د جیاوازه، واته توانی هم
بازو گانی به نه کم هاندرو که یان به بری به کی سره کی
چاچنکی و تماع، یان هندی جار تیوه گلانه..
به لام هرچی هوکاره هاندرو نیدمان و به کاره نیانی تی زور
ژورن، که ده توانی ناماژه به هندی کیان به یان:
پیش نهوی بهینه ناو هوکاره گانه، چاک وایه جیاوازی به ک
باس به یان که له ریش جیاوازی هوکاره گان له ولایتکه و به
ولایتکی، نه مه له کاتیکدا که ولات و هریمی کوردستان
هیشتا له کتیه یه دوره، چ له روی بازو گانی پن کردن چ
له روی نیدمان بونه..
هرچنده هر ناو نامیته، که ساتیک که به ماده همو
رتکه به ده گرنبر، همل له ده به به هر هیه که بیت نه
بازو گانی ریش هریم و ناوچی کوردستانیش بگریته.. نهوش
بزاین رتو به رتو بازو و خ گونجاو و له بار ده بیت.. به زیاتر
زانیاری دهراری ته هریم کردن و بازو گانی به ماده

زوری تیدا بشارد رته، و له پشکین و تاشکرابونی رزگارین.
یاخو د قاچاچی به کانی ماده هوشبه رکان ده خنه کیسه و
به تایبته کیسی نایلون و له دوری به لیم و پا پوره کانه و رایان
ده گرن یان ده خرته ژر ناوه به پته و هبله و ده بیستنه و به
پا پوره به لیم که یانه هر کاتی و یستیان رای ده کیشن،
به تایبته پاش پشکین و نرسک بونه و یان له کمنارو
به نه رکان، لینجا رای ده کیشن نهوش زور جار هر به شو
نه بام ده رت. و ده گه یه رته و شکانی و شونی به بست.

۴- ناو دیو کردن به رنکی ناسانی (به هی فریکه و)

قاچاچی و مافیا کانی ماده هوشبه رکان، هندی جار فریکه
تایبته به کاره هینش نهوش یان فریکه خزان، یان به کرئ
ده گرن، به گوتزانه و ماده هوشبه رکان له ولایتکه و به
ولایتکی تر، چونکه فریکه به خیرایی به کی باش ده گانه شونی
به بست وک تمو هیللی له نیوان (کولومبیا - جامایکا -
ولاته به کگرتو و کانی تمه ریکا) دا به رته و ده چی، یان
له ده کیسه و به ولاته به کگرتو و کانی تمه ریکا.
به کیک له متری به کانی نه رنکایه تاشکرابونی فریکه کانه
به رادرو نامیتری چاودیری و یاری کردن شونی نیشته و
هاتنه ژورو به له هر سنوریکه و، به ده هندی جار فریکه
نه فر به به کاره هینش، که له گهل ناسی فریکه که دا رنک
ده کمون و برنک پاره یان ده رتی له برامبر نه کرداره..

۵- ناو دیو کردن به هی کله و په ل نامیتری جولا و جوره..

پیاو نی مافیا و قاچاچی به کانی چندی نامیتری کله و په لی
تایبته به شارد نهوی ماده هوشبه رکان، نهوی عه قل و نیای
بکات به کاری ده هینش، به به بهستی چا و به بست کردن و
شارد نهوی ماده هوش به رو سرکه رکان.. که نه توانی چنده
کله و په ل نامیتری وک نمونه باس به یان له وانه: -

۱- تیوبی (قه باغی ماله م) به تال ده کرتته و به شیه یه کی
رود ناوه کی پرده کرت له مادانه.

۲- قه باغی معجون دانی به همان شیه.

۳- لینارو قوراغ و تری به رگو ناوه و پر ده کرت. یان
دروست کردن جانتای تایبته

۴- به کاره نیانی به روی کشتو کالی و دانو کله و میوه،
نهوش به هملکولینی کرکه که کی و پر کردن یان به مادانه..

۵- به رگو فشر و کومبار، پر کردن دو تری نسو
کله و په لانه..

لاۋازيون ۋە كەم كۈندۈمۇ ئارمۇزى خوارىن... ھەتتا بارودۇخى مۇقىش رۇز بىرۇز لەئالۇزى كىشەدا دەيت، كەلۋانەيە ئىۋارە پىرست بەھىتەك يىت بۇ خۇلى كۈت، بەدىنى ھەستاي پىرست بەھىتەك تىر يىت بۇ رۇزە جۈلە، خۇ لەۋانەشە ئەر رۇزە كىشە گىرەتەك رۇدات كىبەھەمان شىۋە ئەۋا دەيت پىنا بۇ دەرمانىكى ھىۋر كۈندۈمۇ دەرونى بەيت. ئىستاش كىشە ئىدەمان لە كۈرەستاندا خەرىكە دەپتە قۇناغىنىكى ئىۋە، كە مەترىسىيەكى گىرەيە لىسەر لاۋان ئاينەدىان، ھۆكارەكانى ئىدەمان زۇن ۋە ئالۇزى. ئىۋە لە كۈرەستاندا زىاتر ئىدەمانى لىسەر دەيت، زىاتر خوارەنە لىسەر كەۋلىيەكان. پىنا دەرمەنە پىرەشكىيەكان بەداخۇە لىسەر كۆمەلەك لارى خۇلىن گىرەمۇ خۇلىن بەھەندىن پىرەشكىيەكان بۇرەنە قۇرەنە دىۋەنە ئىدەمان بىۋىن، ھەرچەندە بارودۇخى كۈرەستان ۋەك ھەر جىگەر ۋەلەتەك تىر بۇرەنە ئىۋە مادە ھۆشپەرەكان ۋە توش بۇرەنە كۆمەلەك زۇر لەۋان لەبارە. كە ئەرەكە خۇشكەرە بۇرەنە بۇرەنە مادە ھۆشپەرە مەترىسى دارەكان. دەۋانە ھۆكارەكانى بۇرەنە دىۋەنە ئىدەمان ۋە كەۋلىيەكان دەرمەنە پىرەشكىيەكان، بەھەندە خۇلىن پىنا بىگىن.

مەدەنيەت ۋە تەبىئەت ئاساسىي كۈت لەۋ سەۋەنەم گىرەتە زىاتىرى پىرەم دەست كۈت، لەۋانە چەندە خۇلىنەكى بۇرەنە بۇرەنە مادە بۇرەنە كۈرەستان ۋە دەست گىرەتە بۇرەنە لەۋ مادە بەتايىمەنە خۇلىنە كەپتە بۇرەنە (بىگىن) رەنەكەكى قۇۋەتە ھەيە ۋە چەندە بەگىتە دەست كۈرە ھۆشپەرە، ھەرچەندە لەۋىۋە بۇرەنە جىۋەدا لەۋ كىسە تايىمەنە دا ئەۋەدە كۈرە. بۇرەنە ئەرەنە ئىدەمانى سەۋەنەكانى ئىران - ھەرچەنە بۇرەنە دىتە ئەرەنە، جىگە لەۋىۋە، مادەيەكى تەرەپە بۇرەنە (گىرەنە) كەلەنە ئەرەنە مادەدا بۇرەنە كەپتە بۇرەنە كەپتە بۇرەنە لەۋە گىيەكە، ھەرچەندە بۇرەنە بۇرەنە كەلەنە كەلەنە دىۋەنە زىاتر لەۋە (۱۹۹۹) بۇرەنە بۇرەنە، ھەرچەندە پىرەشە لەۋەكانى ئەرەنەكاندا مەدەنيەت ۋە تەبىئەت لەۋ جۇرە تۇمار كۈرەنە بۇرەنە دەپتە زۇر بۇرەنە بۇرەنە ئىدەمان مادەدا، چۈنكى بۇرەنە بۇرەنە بۇرەنە ھەرچەنە ھەرچەنە بەتايىمەنە لاۋان چۈنكى تۇرەنە زىاتىرى بۇرەنە كەلەنە، بەتايىمەنە لاۋان چۈنكى تۇرەنە لاۋان بۇرەنە بۇرەنە ھۆكارە جىۋەزەكانە كەلەنە پىنا بۇرەنە.

بۇرەنە (راھەتەنە لىسەر مادە ھۆشپەرەكان كىشەيەكى بۇرەنە، چۈنكى ۋەك رۇتەنە مۇزۇ لىۋىۋە تۇرەنە فىكەرى ۋە بۇرەنە بۇرەنە لەۋە ھەلەدەشەنە...

بۇرەنە ئىستە لە ئىۋە لاۋەكاندا ۋەك مادەيەكى ئىدەمان بۇرەنە بۇرەنە، بۇرەنە لەۋەندە دەرمەنە مادەيەكە، ۋەك مادە بۇرەنەكان ۋە جىگەرە (تۇتەن)، پىنا ھەندەنە مادە تەرەكە بۇرەنە ھەندەنە كەپتەكان Tranquillisers پىنا بۇرەنە دەرونىيەكان Psychostimulants ۋە مادە بۇرەنەكان، پىنا مادە ھۆشپەرە گىتەيەكان، كە بەكار دىن بۇرەنە گىرە ۋە ھەندەنە مادە دۇرە سەۋە ۋە گىرە بۇرەنە شىۋە ۋەك لۇمىنەل ۋە ئىپاتۇتەن لە چارەسەر كۈرەنە پىرەكەم بۇرەنە، ۋە چەندەنە دەرمەنە تەرەنە.

بۇرەنە چارە ئىدەمانەنە، چەندە دەرمەنەكى تەرەنە بۇرەنە، بەھەندەنە كۈرەگىرى زىاتر.

بۇرەنە زىاتر لەۋ بۇرەنە خۇلىنە دەپتەنە، بەتايىمەنە لىدە بۇرەنە، چۈنكى مۇزۇ ھەرچەنە زىاتر پىنا بۇرەنە دەرمەنە ۋە كىمىيەكان دەپتە، بىيەنەنە ئەرەكانى پىتە خۇلىنە ھۆكارە جىۋەزە زۇرە ھەيە، لەۋ دەرمەنەنى ھەندەنە دەست دەكۈرە دەرمەنە ئازار كەم كۈرەنە، بۇرەنە ھەندەنە كۈرەنە ئارام گىرەنە دەرمەنە خۇلىنە، ۋە بۇرەنە بۇرەنە سەك پىرەنە، ۋەزە بەخۇش دەرمەنە

۱- ئازادى خىزان، ۋە ئىۋەتەنە دايكۈۋەك.

۲- بۇرەنە گىرەنە ئىۋەنە.

۳- بۇرەنە، بەگىكە لىسەرەكەتەنە ھۆكارەكانى ئىدەمان بۇرەنە.

۴- تەلەق ۋە جىۋەنەنە ۋە ئىۋەنە، پىنا ئازادى ئىۋەنە.

۵- ئىۋەنە كۆمەلەكە لىسەرەكەكە.

۶- فىرەدەنە ۋە خەلەتەندەنە.

۷- ھەلە.

۸- خۇلىنەنە ۋە تاقى كۈرەنە سەۋەنە رەگىتەنە خەلەكى.

۹- بۇرەنە ھەندەنە نەخۇشە جىستەيە.

۱۰- بۇرەنە ھەندەنە نەخۇشە دەرونى.

۱۱- سەۋەنە كۈرەنە لەۋەشەپتەنە دا.

۱۲- تەنەيە.

۱۳- پىرەنەنە خۇلىنە ۋە ھەلە.

۱۴- تىكەلە بۇرەنە لەگەلە كەسەنە راھەتە (مەدەنە).

۱۵- چۈنە گازىنە شەپتەيەكان.

۱۶- چارە كۈرەنە ۋە لاسەيە كۈرەنە.

۱۷- ئىۋەنەنە ھۆشپەرەندەنە.

۱۸- مەندەنە ۋە خەمبەرى.

۱۹- بۇرەنە بۇرەنە لۇزەنە.

۲۰- بۇرەنە بۇرەنە لۇزەنە خۇشپەرەنە.

سيماو روخساري كه ساني راهاتوو (مذهبن)

وله لای زورمان ناشکرایه، و لهچندین باسو کزبونونمو بونه وچاپونکومت دا که پزیشکه کان ناماده یان کردووو لسمری دروان، سبابت بماده هوشبهره کانو کسانى نیدمان لسمری که چ کاریگریه کی کزمه لایستی و دهرونسو جستیه یی و فسیولوزی لسمر مروت دیت. لسمرکوه زور ناسیویه بهلامانوه سیفت و سیمای روخساری کسیتی (نیدمان) راهاتوو بناسینوه.

لور سیفتانه کمپه یونندیان بهراهاتوو کانه هیده، شورتی کزبونونمو یان لور شورتانی که لور کسانى بزو دچن، رهفتارو هه لسمرکوت و لور کل و پل و نامیرانی بهکاری دهیتن. و شورتواری بهکارهیتانه کان لسمر لسمر و جستیه یان...

کسانى راهاتوو همیشة تازووی تیکل بوونی کسانى هاوچشنى خویان دهکن، وله دهینن لاهه کان له گازینویه کی تاییمت دا کزدهنمو نوانه زور بهچاکی بهکته ناسو تیکل بوونیان هیده، له دانیشتن و قسه کردن دا رنگ دانویه کی ناشکرای هیده، لوانه کز دانیشتن و بهچریه قسه کردن له گیل هاووی برادره کانی بمعبستی دوزنمو سمرچاوو پیدا کردنی مساده هوشبهره کان و درمانه تاییمتیه کان، زورجاریش لنینو خویاندا له ناکامی لروقتیل کردن له بهکتری دین بشهره ناژاوو دنگه دنگ، بن لوهی هیچ شمر بکن، له ناکامی زور بهکارهیتانی درمان، دهیان گوناگات قسه بکن و هاوسنگیان تیک دهچن تازووی خوارن ناکمن، بویان بکوتی همرچیان پی بیت تمنا بزو درمان و ماده کان خرجی دهکن، بهلام بهلایانوه گرنگ نریه له گره هیتک نان نهخون یاخود لمیریان دهچیت، یان تازوویان نامیتن...

زورجار کمیان دوتی خویان به کسیتی زور هوشیارو وریار روناکیر دهزانن، رهخه له لسمر کسو و دابو لسمریتک دهگرن. گوئی بتوانج و رهخه گرتن نادن. همدیکیان لوزر ناری (وجود) دا بهمانه بزو نیدمان بوونه کمیان دهیننمو، که لمریستی دا هیچ هنگار فیکرو کردارتکی (وجود) یان نریو په پیری ناکمن. گرهانیان پره لور دهرمانانه چونکه همدیکیان چمند مساده دهرمانیتک له بهک کات دا بهکاره هیتن، لسمر لمیرونی شورت و رنگی خواره نموو درمان بهکارهیتان، پنا بزو نودهستی مزگوتیه کان دهین... و هملریش شوشو پاکته کانیاں فیت دهرن، بمعبستی ناشکرانه بوونی...

زورجار له لاین درمان خانه کانوه دست نینن بهرویانمو، و درمانه کمیان نادهستی بزیه هه لسمر بزو دست کردنی (رهچته) ی پزیشک، یان خویان نهخوش دهخن، یان ته لیت بزو کسیتی کزیکمانو نهخوشیه کی مفرسو و بهتازاری هیده، همدن جاریش بزو لسمر ناشکرانه، ناری درمانه که یان ماده که بنیویه یان بهمه له ته لیت.

نمانه چمند سیفت و روخساریکی لور لارانه به که لسمر لوردهستاندا ژماره یان لوزرونداید، مفرجیش نریه شم سیفتانه له لسمر کسیتکدا وله یهک بیت. شم کسانه له ناسینمو چونتیتی پتکهاتمی درمانه کان شارزان و نزان رژی مادهی هوشبهره کان لسمر (ملم) پکدا چمند.

لور مادانه (دهرمانانه) ی که لای لومکان بهکاره هیتن

پتم رایه داو دهرمانیتی زور هیده، که لور کسانه دهوانن سووی لسمر گرگن، بهلام لوهی زور بلارو بهکار دیت نمانی لای خوارویه:

۱- شوی ترسیام یان نیکسپیکتورات کودین، یان شوی بلمزکودین. که شم شویانه رژییه کی باشیان (کودایین) ی تیداید.

۲- حبی مریسمیت، همدن چار له گیل شوییه کاندای بهکاره هیتن.

۳- حبی نیتروستروپ.

۴- حبی سزماوویل

۵- پاراستول (نسیتاموفین) کزایین.

۶- تارتان (نارتین)

۷- حبی مزگادون یان فالیوم.

۸- لومینال

۹- پمیدین.

۱۰- حبی مودیتن.

که و کوییه جهستی یی و دهرونی یه کان له ناکامی نیدمان

بوون

که و کوییه کان لسمو شینوازه دهره کمن، همدیکیان له ناکامی زور بهکارهیتانوه دروست دین، واته کاریگریه کان لسمر نوزگان (نندامه) کانی لش دهره کمن، و که و کوی لهرمان و فسیولوزیا نندامه کاندای دهره کومت، همدیکیان بهتواری لهرمانه کانی خوسان دهکمن. همرچی جزو کویترانه له ناکامی دایرانیان لور مادانه، و دست بهرته کردنی مساده هوشبهره کان. همدنیک که و کوی دروست

- ۱۲- پاشە كەت ناكات و ھەرچى
ھېچى خەرجى ئەكات.
۱۳- لاۋازى سېكىس و ئارەزى
نە كەردى.
۱۴- تېك چۈرۈن و ھەر كەردى گەدە
رغۇلە كەنى.

كەم و كۆپە كۆمە لايەتى و

كەسپتى يەكەنى كەسپكى

(ئىدەمان) بۇ

- ۱- دۆز كەردى و غەش كەردى،
بەمەبەستى دەستەبەر كەردى و داپىن
كەردى مادە ھۆشەردە كە.
۲- بىن بىرۋاىى.
۳- قەرز كەردى و قەرز بىرۋاىى.
۴- شەم نە كەردى و گۆنەدان
بەھىچ تۈنەچ و سەزەشتە تېكى
كەسەنى تە.
۵- دىزى كەردى و دەست بىرۋاىى
فەزەل كەردى
۶- ھەست كەردى بىرۋاىى
نامۇزى
۷- قەن ھاتەمە ھەزە كەردى
۸- گۆنەدان بەدەب و نەرت و ياسا
تەبىنى يەكەن.



- ۹- قۇدزىنە ھەزە بىرۋاىى.
۱۰- پەشت گۆن خەستى ژىانى ھاسەرى و خەزان.
۱۱- پەشت گۆن خەستى پاك و خەزان.
۱۲- نا ئىلتىزامى بەھىچ بىرۋاىى رەزەنەكە.
۱۳- زۇرجار لىۋىز ناۋى فېكەردە كەدە پاساۋ بۆ رەفتار و
كەم و كۆپە كەنى خەزى دەھىتەتە، ھەك ئىدەكەردى
(جۈدەست) كەلەستەش دا دۆر ھەمەمە فېكەردە كە
جۈدەتە.
۱۴- رەش بىنى لىۋىز، ۋەت كەردەمە رابەرد و داھاتە،
ۋەتە لىۋىز بۆ ئىستە.
۱۵- خۇكەشتە، ھەندەجە لىۋىز كەمە رەش بىنى بىرۋاىى و
بىن ھىوا بۆ.
۱۶- پەيۋەندە كەنى تەنھا لىۋىز بىرۋاىى خەزان و
بەدەست ھەتەنى مادە ھۆشەردە كە.

- تەھەدىكىيان دەردى و ئەۋەتە جەستەن، تەھەش
— كۆپە كە جەستەن دەردى:
— تە.
— جۈدە.
— ھەزە گۆن ماسولەكە.
— ھەزە (ئەق).
— تەھەش لىۋىز خەزان.
— تەھەش لىۋىز.
— مەھەدىيان تېك تەھەش، خەزان راناگەن.
— تەھەش دەھەش.
— تەھەش خەزان كەم دەھەشە خەزان پەشت گۆن
— تە.
— تە جۈمەكە كەن پەشت.
— تەھەش بۆنى يان گۆنە كە تەندە كەنى بەھەشە لىش.

۱۷- دورر كوتنوه لىمالز خىزان و گۆشه گىرى

۱۸- سركوتونين لىمى ئىيانىرى بىدەستى بىتىن.

چەند سىماو نىشانە يەككى دەروونى و جەستەنى لىئاكامى
بەكارهينانى ماده هۆشەرمكاندا

۱- چاوى زىلزلر ئىللىق فرمىسكى لىدەتە خوارى.

۲- لوتى دەروونى و لىتىچ ئاوى لىدەردە چىت.

۳- دەرەراۋەكانى يىتت زىاد دەكات، وەلا عىرىق كىرەپەككى
زۆر.

۴- يىتتى لىچ و پىچ دەيتت، و پەلى سوز و سوتانەوى
لىدەردە كىوت و مەركەنى رەپ دەپن.

۵- بەرزىونەوى پەلى گىرما و پالەپىستى خوزن.

۶- شىونخونى و تارمىز نەكردنى خوارەن

۷- تىك چورنى كۆنەندامى سىرس و گىزىونى گەدە و
رشانە، يان سىك چورن

۸- دلتەنگى و غەمبارى

۹- نازار دروست بوزن لىجومگەكاندا پاش تىلواپونى
كارىگىرى ماده هۆشەرمكان.

۱۰- تاجىگى بوزن و سەلچوزن دىلپاۋكى و توندوتىسى
دۆلىتى كىرن، يان بە پىچىوانە.

۱۱- نەگىر نەم نىشانە بىدەوام بوزن، ئىوا كىسە راھاتوۋەكە
ۋەلا لاشەيككى مەرووى لىدەت.

لىمەلوز كۆشش و كار كىرن و سىروا سەخىرەنى خىزىدا
دەپنىتە، سىزىش لىزان دا تەنپايە، ئىمى بىز خىزى
بەدەستى نەپتىن ھىزىكى تىرە بىزى بىارتىن و دەستەبىرى
بىكات. سىزىش چىش لىمەلوز دان و ۋەتە گىرى يان لىسەركوتن،
كەنەندى جارىش سىزىش نىرە ھىمە كات سىركوتن بەدەست
بەپتىن، بىزە نەگىر سىزىش لىسە بىچورنى سىركوتنى
ھىمەشەپى چىش بەختىارى خىزى بىپىنىتە، ئىوا زۆر بەھەلەدا
چوۋە، ھىزىش شادى و كامەرانى تىپا بەدەست ناھىتى. ۋەش
بىن دەيتت، ھىزىش سىزىش ھىمەشە لىئاكۆكى دايە، ناكۆكى
لەگىل خەدى خىزى و لەگىل زىنگى دەركى دا، واتە زىان
بىرتىرە لىئاكۆكى (سراج)، سىزىش لىمەلوز تىكۆشەكانى
چىش خەشى ۋەدە گىرى، مانا پىزىش سىزىش لىكار كىرن و
خەبات دايە ئىوا چۆرە بىچورنى كەكۆمەلەك لاۋان گىزىوانە
بىر ھىچ لىمەلەكانى خىزان و زىان ناكۆكى، بىگرە مەركىنى
ھىزانە (الموت تلقانىا)، جىگە لىمەش بوزنى سىزىش
بىرپىسىرى، ئىمى لىو بىرپىسىرى سەلەپى كەسكىكى
تەرسۆك لىسەرجەم پەيۋەندىەكانى سىزىش دەرەپىن.
كەواتە لىزەدا پىسىرىك رەدە كاتە ئىوا لاۋانە تىپا ئىو
گۆشەگىرى ۋە داپرانە لەكۆمەل (سىزىش)، خەدەزىنە لىو
بىرپىسىرى، چ خەمەتەك بەخىزان و بەشەرىت دەگەپەنى؟
يان چ مەبەستىكى پىزىش لىمەش ئىو رەفتار و فىكرەپە؟
لىزە دەگەپە ئىمى بىلەن سىزىش ھۆشيار بىرپەس و سىزىش
بىرپىش ھۆشيار.

بىا ئىو بىرپىسىرى تەنپا بىز لاۋان نەگىرەنە، سەلەكو
رەپەكەپە دەزگا بىرپەس و دەسەلات دارەكانى ناۋچەكە، بىز
تارپەنەپەك لىپتەستى و داۋاكانى لاۋان، كەدەپ زەمىنەپەك
خەش بىرپى بىز گىزىوانە لاۋان لىو رىگە دەرەپ سىزىش.

سەرچاۋىگان

۱-الافات الاجتماعيه والامراج النفسيه - محمد رفعت -

موسوعه عزالدین - بیروت - ۱۹۸۹

۲-المخدرات - درسه عامه عن انواعها وکيفية مكافحتها -

بیروت ۱۹۸۸

۳- عالم المخدرات - بحسب تاريخى و علمى واجتماعى فى

المخدرات - امتیال جویدى دار القچایا - بیروت - ۱۹۸۷

۴- الادمان - مفاهمه علاج - د. عادل الدمرداش - كويت

- ۱۹۸۲

نەم نىشانە كەم كورى و رەفتار سىماپانە شىۋەكى گشتى
ۋەدەگىرت، كە لىوانەپە كەسكى ھىچ چەند نىشانەپەكى
لىوانى سىروە تىپا بىت، واتە جىاۋاز بىت، بەلام زۆرى نەم
نىشانە ۋەك تىزىۋەپەكى كۆمەلەپەتى خەم بىپىومە، و
ھىروە لەچەند دىدارىكدا لەگىل ئىو كەساندا كەبوزم، زۆر
نىشانە زانىارمان بىز ئاشكەراپە، ھەندىكىان لىئاكامى سىزىش
دانى خەم، و ھەندىكى تىران لىسە زارى ئىو كەسانە ۋەم
گىزىۋە سىروە ئىمى كە بىز خەم زۆر لىمەپە لىچاۋەپىرى
رەفتار ھەلسۆكەت و فىكرە كىدارەكانىسان دام كەنەتوام
ئىمى لىسە لاۋانى كىرەد نوسىومە، بىرتىرە لىدەراسەپەكى
مەيدانى بىز ماۋەپەكى زۆر.

بىو ھىواپە كەلپەردا لاۋان بىز خىزان سىزىش دابىتىن،
كەسكى بەھوش بىنەمە، چۆنكە سىزىش گەش بىنى لىزاندا

دهر باره‌ی جین

و: نه‌وزاد حارس حمه‌خان

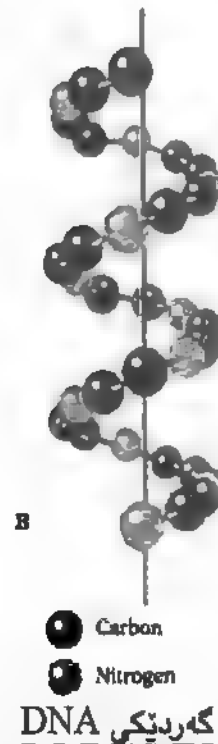


له هر کارگه یه کی گهوړه دا بېرته بهر ایتي ښک هه یه که
بهر نامه دا د پرتو ژرت، پتو ستر یه کانی کارگه دابین ده کات، کار
بسر کرنگاره کان دا دابش ده کات، فرمانی ناساده کردنی
مادو کوه سخی خاوبو کارگرتک د درده کات، له لایه کی تره
کرنگار کارمندی کارگه فرمان و په یامه کانی بېرته بهر ایتي
ورده گرن و ماده خاویان پی ده سپیورت و له یه که
تایمه کان دا لسر شو ماده خوانه چند کردارتک نغم

۱- واتاردا نووسر همول دودات ئالوزترين بابتى زانستى به
۲- تترين وشه ورسته بديان بگات، لىبورتوه روى قسى نور
۳- تايان، پسپوراني زانسته گاني ژيان و بو ساوه زاني نيه
۴- حكو روى لىر هاوزمانه يه كه گوئي بيسىرو پشكنىرى
۵- حبه بو دىرك كودنى نور بابتانى كه له چوارچينو ي پسپورى
۶- تايان.

كومپيوتېر، كەزىدە لىچىل ھىزار زانىيارى لى يادىۋىرى (Memory) خۇي دا جىن دەكاتىۋە.

ئاشكرايە كە ھەريەكتىك لى قۇناغەكانى چالاكى كارگىي مادى زىندىۋ لى ھىرمان دىۋىردىنى بۇ ئامادەكەردىنى مادى خاۋ تا دىۋىن تالىكەردىنەۋى ناردەنە دىۋىرى بىرەمەكان دەشىت بىكرىت بىبابەتى لىنكۇلىنەۋى يەك وتارى بەيىز. لىم نوۋسىنەدا نوۋسىر ھەۋى دەدات لىر زمانە لىك بەداتىۋە كە بىرۋەبىرايەتى خانەي زىندىۋ ھىمىۋ ھىرمانلىك يان پەيامىك بە لىپىرسراۋى تايىمەتى تەھجام دانى ھىمان ھىرمان يان پەيام رادەگەيەنەت. بىرۋەبىرايەتى گىشتىۋ رىتەخىراۋى مادى زىندىۋ لى نەستىۋى مادىيەكى كىمىيىي بىن ھاشىۋەدەيە بىنارى ناۋكە ترشى رايىي كىم ئۆكسەيىن كە نىشانەي كوروت كراۋى بە سىن پىتى (D.N.A) نىشان دەدەرت. ناسىنى تايىبەتەندىيەكان و سىفەتەكانى (D.N.A) زۇر نەيىنى تايىبەت بە ژىان، كە تا ناۋەپاستى تىم سەدەيە بەتەۋارى تەزانراۋ بوۋ، ئاشكرا كەد. پىتەكەتەي گەردى (D.N.A) لى روى بىنەۋە زۇر سادەيە بەلام لى روى پىتەك ھاتنى بىنەماكان و بىنەي فەزايى زۇر ئالۇز و جىنگى سەۋجە كە لىرەدا، بىيىن چۈۋنە ساۋ وددەكارى فەزايى و كىمىيىي، بەشىك لى تايىبەتەندىيەكانى تىم گەردە سەرسۈپەتەندە لىك دەدەيىنەۋە. تەگەر پىتچ و لول خوارەنى يەك لىسەر مۆلكۆلى (D.N.A) ي مۆڧىك بىكەيىنەۋە، زىجىرىكەمان دەست دەكۆرت بە دىرژايى



دەدەن. لى ھەندىۋ يەكەدا بەشەكان يا پارچەكانى بىرەمىي كارگە ئامادە دەكرىت. لى يەكەيەكى تردا تىۋ پارچانە پىتەۋە دەلكتىن و سەۋجەم لى يەكەيەكى تردا تىۋەكانى بىرەمىي كارگە يەك لىدۋى يەك تاقى دەكرىتەۋە دەپىشكىرتىت، تا نەگەر بىرۋەبىرايەت ھەلە يا كەمۋكۆپى لىۋ غەۋنەيەدا بىنرا، تىۋ تىم و كۆپىيە چاك بىكرىت و، تەگەر غەۋنەكە شىۋى چاك كەردن تىۋە لى بازەنى بىرەم ھىتان بىكرىتە دەرۋە. بۇ رىگرتن لى دەست بلۋى و بىرچاۋ كۆرتى سىاستى گىشتى ئابۋورى تىۋ پارچانەي كە شىۋى سۈۋە لىن ۋەرگرتن جىيا دەكرىتەۋە لى غەۋنەيەكى تردا بەكار دەھىتەرتەۋە. مادى زىندىۋىش چ لى روى بىرۋەبىردن و چ لى روى رىتەخسىن و چالاكى بە تەۋارى شىۋى بىراۋەد كەردە لىگەل كارگەيەكى بىرەم ھىتان دا، لىگەل تىۋ جىياۋازىيەدا كە كارگى ژىان چىندىن جار ئالۇزىر، مەزىن تىۋ، سەرسۈپەتەندەرتە لى گەۋەرتىن و بالەرتىن كارگى دەستكرى مۆڧ. لىگەل بوۋى سىفەتى مەزىنى و فراۋانى، كارگى زىندىۋ دەۋانەت بە بچۈۋكىي يەك لىسەر ھىزارى نوكە دىۋىرەك واتە بە تەندازەي يەك خانە يىت.

ھىرۋەھا بۇ پىشان دانى مەزىنى دەزگىي مادى زىندىۋ تەۋەندە بىسە بلىتىن كە يەكەل لى بەشەكانى خانەي مۆڧ

فرانسىيىس كرىك
ئىسەۋ پۇژەي
خەلاتى نۇبلى
ۋەرگرت لى سالى
۱۹۶۰ دا لىگەل
كچەكەيدا سەما
دەكات.



بهریز کورت کراوی ناوه‌کاتی نمدینوسین، پامیدین و گرانزین و سایدیدین هر پله‌یک پیوسته‌کنش ده‌توانست چوار حالتی همیت C-G, G-C, T-A, A-T. شتوازی دانانی نم پلانه لمر پیوسته‌کن (D.N.A) به هیچ جوتیک له ریکوتوره نریه، چونکه هر دو ستونی پیوسته‌کن ترواکمیری یه‌کترین. بملده هایدروژینی یه‌کان که تفته‌کان به‌یکموره ده‌ستیتوره، به‌ندیکی پتمو جیکر نیه، له‌کاتی چالاک ماده سازی‌دان له‌کاتی خوکویی کردن دا لیک همل دوه‌شتیموره هر به‌یک له دو ستونه‌که نازاد و ناماده‌ی چالاک ده‌دیت.

هر به‌یک له جینه‌کان به‌شیکی بچوک لم گمده گموره پیک ده‌هینن. جینه‌کان که له‌میزه همموان به‌ناره‌کمی ناشان به‌لام تائیتاش زدر راز و نهیتی شارواهیان هیده. جینه‌کان ههمان دروست کمیری ماده پروتینی‌به‌کان که هریری به‌جینی دروست بونی بونموره زیندوره‌کانن. ههمان پیک

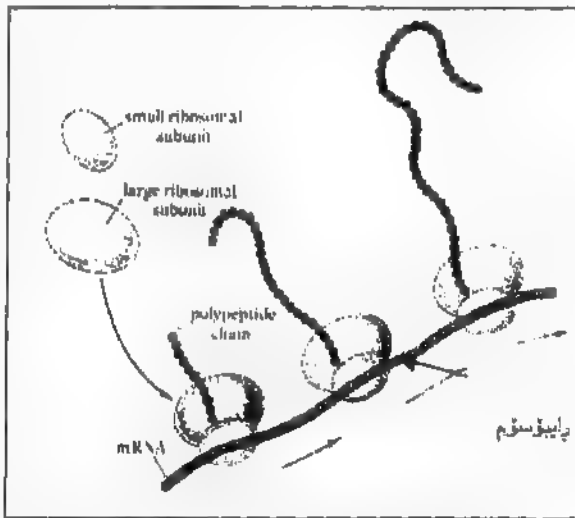
Base pair in the code	Anticodon of the tRNA	C	A	G	Third base of the code
U	Phenylalanine	UUUU	UUUU	UUUU	U
	Phenylalanine	UUUU	UUUU	UUUU	C
	Leucine	UUUU	UUUU	UUUU	A
	Leucine	UUUU	UUUU	UUUU	G
C	Leucine	UUUU	UUUU	UUUU	U
	Leucine	UUUU	UUUU	UUUU	C
	Leucine	UUUU	UUUU	UUUU	A
	Leucine	UUUU	UUUU	UUUU	G
A	Asparagine	UUUU	UUUU	UUUU	U
	Asparagine	UUUU	UUUU	UUUU	C
	Asparagine	UUUU	UUUU	UUUU	A
	Asparagine	UUUU	UUUU	UUUU	G
G	Valine	UUUU	UUUU	UUUU	U
	Valine	UUUU	UUUU	UUUU	C
	Valine	UUUU	UUUU	UUUU	A
	Valine	UUUU	UUUU	UUUU	G

به‌ل‌کان و توطه‌کامینه‌کان

هیننری شتوره‌کان، سیماکان، رنگه‌کان، گموره‌یه‌کان، بچوک‌یه‌کان، جوانی‌یه‌کان، ناشیرینی‌به‌کانن و ... هتد. جینه‌کان ههمان بزوتنری سره‌کی هستداره‌تی، به‌رگری، توانا، ناتوانایی، به‌هره و سلیقه‌کانن و ... هتد.

جینه‌کان ههمان به‌کمی بزماده‌یی‌به‌که تسمواری تاپه‌تمندی‌به‌کاتی بونموره زیندوره‌کان له باوکموره بوز وچه‌کاتی و له نمویه‌کموره بوز نمویه‌کی تر و نموده‌کاتی تر ده‌گوزرتوره.

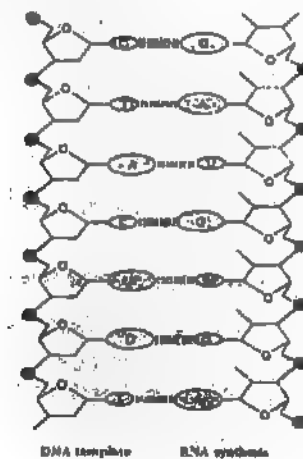
کواته زمانی به‌توبه‌رایمتی جگه له زمانی جینه‌کان هیچی تر نریه. نه‌گم چمکی زمان گواستنه‌وی خالیک له بیتروره بوز بیسر بیت یان همل - پیام نیر به وهرگر بیت، زمانی جینه‌کان چمکین جار روان تر و فراوانتر و بلاوتر و کزن تره



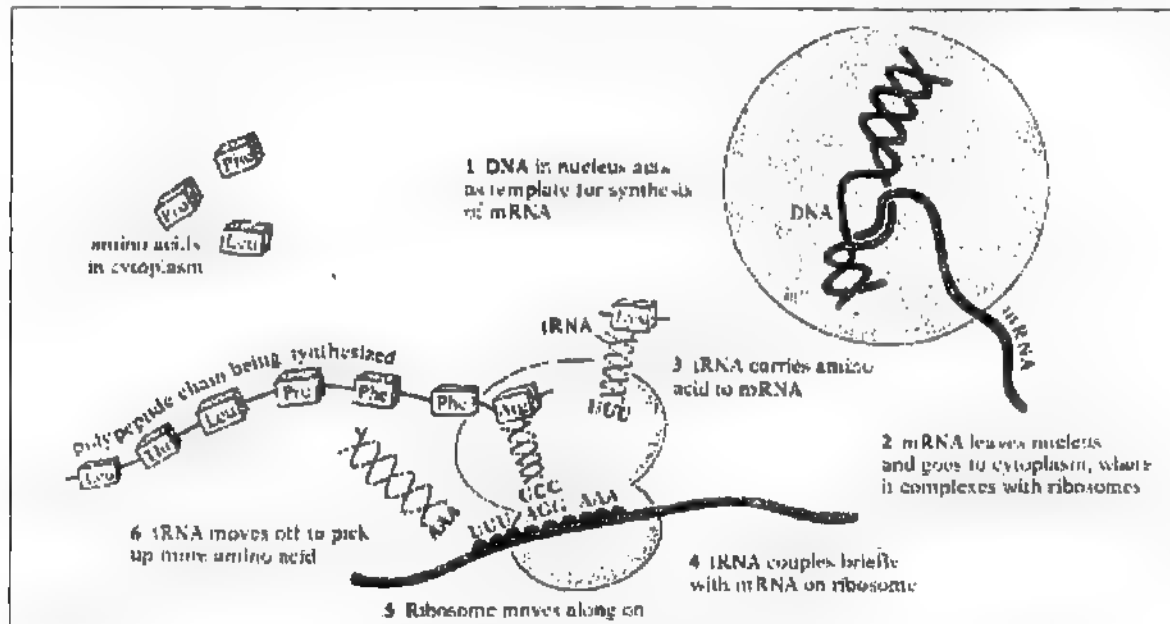
دروست بونی هره‌پیتیده‌کان له‌سره‌پلیوسوم‌کان

زیکمی یه‌ک ممتد، که له گموره‌یی‌دان له‌گمل هیچ گمردیکی کییاری تردا شیاوی به‌رورد کردن نریه. نم زغیره‌یه شتوره‌ی یه‌ک پیوسته‌ی ماریچ ناساوتیک و پیکه، ژماره‌ی یه‌کاتی له جوتیک گمردیکی مام نساوندی سرور دا ده‌گاته ۱۲۵۰۰۰ پله. هر له پله‌یک نم پیوسته‌ی له جوتیک گمرد پیک دیت به‌ناری تفتی نایتوجینی^(۱) که به‌هوی مینکی هایدروژینی‌به‌که به‌یکموره به‌روست کراون.

ه‌کمی بیناسازی (D.N.A) نیو پلمی پیوسته‌یه، به‌ناری یکلویتد که له یه‌ک گمرد دا تمها له چوار جوت زیاتر نریه. ه‌چوار جوت به‌م پیتانه C, G, T, A نشان ده‌درتن. که



گمردیکی DNA گموره‌کراو



هه نكاوه كانى كۆتايى دروستبوونى پروتئين

كهواته دهتوانين بلتين كه گفتوگۆيهك لهنيوان جين و وهرگر (واته رايبۆسۆم) دا دروست دهيتت. نيتستا دهيتت نمو روون بكهينموه كه نهم گفتوگۆيه به چ زمانيك رووى دا، به كام ئهلقابا پيت و وشه لهمادهى پهيام بهردا نووسراو لهكارگى رايبۆسۆم دا خوئندرايموه؟

له (١٩٦٠) دا، (كريك) خاوهنى خهلاتى نۆبىل لهگهڵ هاوكارهكانى دا، وشه سى پيتى به كانى زمانى هيمايى جينه كان، كه په كيك بوو له گهوره ترين دۆزىنموه كانى نهم سهديه، بلازكردوه. ئهلقاباى زمانى هيمايى جينه كان جگه له چوارچۆر نيوكليوتيد نهبوو كه پيشتر ناماژه مان بۆ كرد.

ليته دا پرسيارك له ميتشكى ههسوان دا دروست دهيتت. ئهلقاباى كى چوارپيتى دهتوانيت زمانيكى فراوان، كه زمانى ژيانه، پيك بهيتت؟ وهلامى نهم پرسياره درژى جينه كه كارتى زۆر ئاسانه.. وهك وتمان پهك نيوكليوتيد دهتوانيت چوار حالتهى جياوازي ههيتت. بهلام دوو نيوكليوتيد $4^2 = 16$ حالته و سى نيوكليوتيد $4^3 = 64$ حالته، ده نيوكليوتيد $4^4 = 256$ حالتهى جياواز دهتوانن وهرگرت. پهك جينى مام ناوهندى له رووى درژى بهوه كه نزيككى 1000 نيوكليوتيد بگرته خۆى دهتوانيت 4^{1000} حالتهى جياواز له ريزبوونى نيوكليوتيد وهرگرت كه فراوانسى و جوداوجۆزى

له زمانى ئيمى مرۆف، مليونه ها سال پيش پهيدا بوونى مرۆف جينه كان دهتاخفين و ئيمى مرۆف تواناى بيستمان نهبوو.

دهزانين كه بهردو خشتى بيناى بوونهوى زيندو پروتئينه كان پيكى دههيتن و ههموو قوتاغه كانى سوتان و سازكردنى ناو خانه به يارمى چهند جۆره پروتئينيك پيك ديت بهناوى نهترىم.

له ساله كانى (١٩٥٠) دا له چهند تاقىگهيهكى ليكۆلنموه له ناوچى جياجياى جهان دا بهنزيككى لههك كات دا، پروتئين سازى ناو خانه خرايه ژىر ليكۆلنموه، لهرنگاى جياجياوه نيشانيان دا كه بنچينهى سهرهكى پروتئين سازى برتبه له جينه كان، بهجۆرك كه بۆ ههر پروتئينيك جينيكى تايبى بهربرى ئه كار دهگرتته نهستى خۆى. چالاكى جين كاتيك دهست پى دهكات كه بوونهوى زيندو يا خانى زيندو پيتوستى به بهرهمى ئه جينه پيت. لهم كاتدا جينى تايبى له تنيشت خۆيه مادهيك بهناوى پهيام بهر دروست دهكات كه ههموو ريزه بندى جينه كه له ماوهيدا وهك خۆى دروست دهيتموه، نهم مادهيه له چهند كارگهيهكى بچوك لهناو خانهدا كه ناربان رايبۆسۆمه پروتئين يا نهترىم تايبى دروست دهكهن. به دهربرينيكى تر، جين پهيامى خۆى بۆ وهرگرى خانه دهترت و، وهرگر فرمانى جين جوبهجن دهكات.

روی دایره، تثبیت‌کنان کرد که بینای جینه که جگه له کم برونوبی شوننی جولانه کان وک خوی مابووه به‌توای سروشتی و چالاک بوو. لم تاقیکردنوبیه گیشته نمو نهمامی که زمانی جینه کان له وشی سن پیتی یتک هاتووو ناریان نا (وشه هینا). یا (پورله)

کواته زمانی جینه کان له چوار نعلباف وشی سن پیتی یتک هاتووو، لم زماندا وشیهک له سن پیت زیاتر یا کمتر بونی نریه. تمناوت نمو خالی که کوتایی پدیامده راده‌گه‌بندیت سن پیتی‌یه. هر پروتیینیک له کۆمه‌تیک یه‌کمی به‌یه‌کموه چسپاو بنای ترشی نهمینی یتکه‌هاتووو، هر دانه‌یهک لم یه‌کانه به یهک وشی سن پیتی یان وشه هینا (پورله) ده‌ناسرنموه. له سروشتی زیندوهرده ۲۰ جور ترشی نهمینی هیه که هر یه‌کدیان وشه هینای تاییدت به‌خوی هیه. بۆ شی کردنوبی تاقیکردنوبیه‌کمی کریک وا دادنه‌یین که له زمانی فارسی دا هموو وشه‌کان سن پیتی. هیچ وشه‌یهک له سن پیت زیاتر یا کمتر نییه. به‌پیتی نم گریمانه نوسر به‌یتیک شیر که وهرگرتنیک ناشیانه‌یه لمو به‌یتمی سعه‌دی که ده‌لنت:

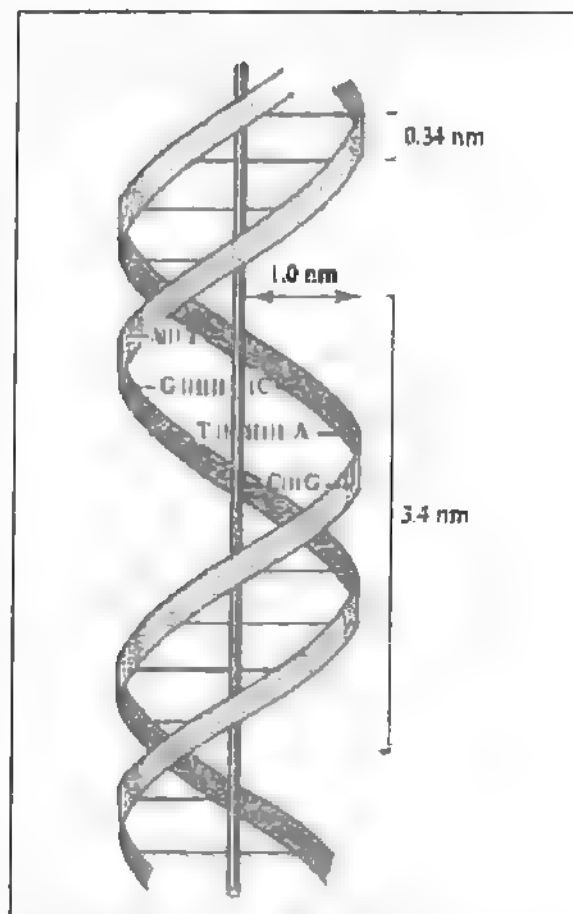
گر به شیر است در بار بر موش
لیک موش است در مصاف پلنگ

به‌یتیکی دروست کردوو که تنها له وشی سن پیتی یتک هاتووو، وک تاقیکردنوبی سروه نه‌گور یهک یان دوو پیتی لی لابیرین هموو به‌یتیک، له دوی شوننی کم کردنوبیه که، یتکده‌چیت و مانای نامینیت، به‌لام نه‌گور سن پیت لابیرین وشه‌کانی دوی لابیرنه‌که ماناو مبه‌ستی خویان ده‌پارتن. نم بدیهه دروست کراوه بوم جزیره:

موش اگر هیچ است زیر چنگ گرگ
گرگ چون موش است زیر پای فیل

که نه‌گور یهک پیت لابیرین بوم شیوه‌ی خواروبی لی‌دیت:
موش گر هیمما ستر پرچ نگگ رگگ
رگچ ودم و شاستر پرپ ایف

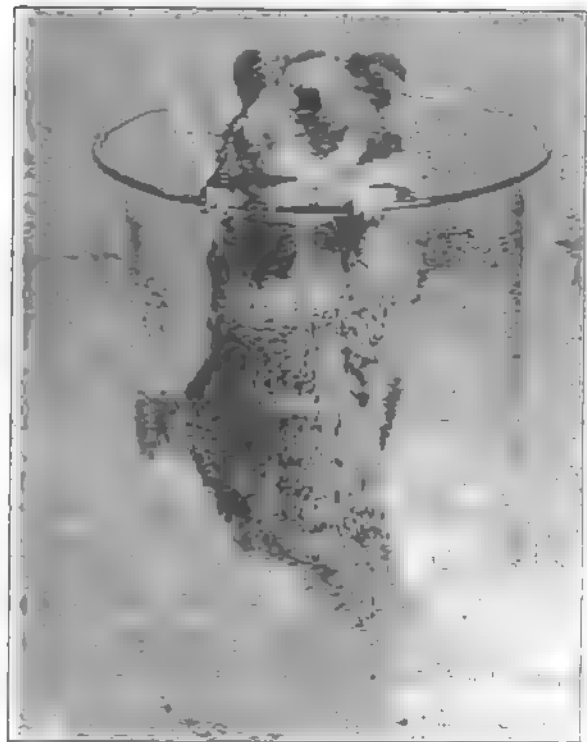
هر وک ده‌یین شیره‌که به‌توای یتک چووو و مفهوم و مانای نمماوه. به‌همان شیوه نه‌گور دوو پیتی لی لابیرین شیره‌که بوم جزیره خواروو درده‌چیت:
موش ره چاس قزی رچن گگر
گگر گچو نمو شاس قزی رپا



لول خواروبی هر دوو شیره‌که ی DNA

سروشیتور و سن کوتایی و نمو ناگاداری و زانیاری‌یانه . گمینیت که جینه کان ده‌توانن له خویان دا جوی بکمنوه. کریم) و هارکاره‌کانی له ههمان وتاری سالی ۱۹۶۰ دا به نیوانتکی ده‌یتنرانمی زور توانیان نه‌پیتی گموره‌ی زمانی جینه کان بدزنموه. نم زانیانه به به‌کاره‌ینانی هوکارنکی نییایی بزوتنر له به‌کتریا یهک دا، جولانیک کم کردنوبیان . یست کرد که تنیا یه‌کیک له نیولکیوتیده سهرتایه‌کانی جینیکان لا ده‌رو، به لی‌کۆلینموه لم جینه بزواره بینان که هموو بینای نمو به‌هممه پروتیینیه له سهرتای گموره‌کده که شوننی کم برونوبی یهک نیکلوتیدی ده‌ست نشان ده‌گرد تیت چووو و ناچالاک بووه.

خونه‌یکی تری ههمان تاقیکردنوبیه‌دا شو‌پیان دیتسه که جولانی کم گردنوبی نریک به‌یهک لمبره‌می جینه‌کده هموو نمو به‌شی دوی جولانه‌که، ناچالاک و نا سروشتی بووه. به کاتیک دا له جولانیک سی دانمی دا که له نریک یه‌کموه



مشكى هامستر كه له تاقيركنه و مكاني بؤماره زانيدا به كار ديت.

(D.N.A) وه بؤ راييؤ سؤمه كان ده گوزنوه. تهنيا چمند نمونه يلك بيمراوه كه نم ياسا گشتگر نايانگريوه بؤ نمونه جينه ناكروؤ سؤمي به كانى مسمكداره كانى يه كيتك له كؤدؤنه كان^(۱) كه به شتويه كى ناسايى نيشانهى كؤتايى پى هيتانه، له جينه تاييى و ناوه كيه كانى مايؤ كؤندريه يه كيتك له ترشه نمينيه كان واته ترپتؤفان ده ناسيتوه. بديتچومانى همدتلك جار ناسينوهى ترشه نمينيه كان نيشانهى كؤتايى پى هيتان لىم پاشېنده بچوكانى خانه پيتك ديتيت.

۲. له زمانى جينه كان دا وشى هار واتا زؤن، دزمانى كه بهرهمه كانى هر جيتلك وىك نلگى يلك له دواى يلك و شان بهشان زنجيرى پرتين پيتك ده هيتن. له كاتيك دا كه تنهها كؤدؤن^(۲) يان وشه سى پيتى به كان ۶۴ جؤن واته چمند جارلك له ژماره جؤراو جؤرى ترشه نمينيه كان زياتر له وىك كليلى هؤى نمويه زؤر له ترشه نمينيه كان زياتر له وىك كليلى هيتا يا وشه هيتاى ناسينوهيان هديه. بهشيك لهوانه ۴ تا ۶ وشه هيتا يان وشى هار واتا يان هديه. له زمانى جينه كانى وشى هار واتا بؤ دوتلممند كردنى زمان يا جوانكارى دسمتواؤ كان و رسته كانى دروست نمبون، بهلكو وشه هيتاى هار واتا له راست كردنوهو چاك كردنوهو نموه هلاقمى كه دهشيت له كاتى كؤپى كردن و وركيتان (ترجه) دا رو بدن بهشدارى ده كات.

۳. يلك وشه هيتاى تاييى سمره تاي پرتين سازى واده گيه نيت كه په يونده به ترشى نمينى بهماوى ميپؤين له بهر هيمان هؤ همدو پرتينه كان به ميپؤين دهست پى ده كى و سى وشه هيتاى جياواز نيشانهى كؤتايى هاتى پرتينه كيهو، هيچ ترشيتكى نمينى ديارى ناكات. تا نيتا هؤى سى داندى بونى لىم نيشانانه ناشكرا نيه هرچمند، راو بؤچونى زؤر هديه بهلام له روى زانستى بهر هيتان تا نيتا به توارى نمسلينراون.

سمرچاوه:

دشمند، سال سى و يك، شماره پيايى ۳۶۴، بهمن ۱۳۷۲ بشو از ئن چون حكايى مى كند، دكتور پزىشكپور مستشفن، ص (۳۰-۳۴) سمرنچ: نيتا له كيتى فيرگه كاندا وشى "بؤ هيت" له برتى جين (gen) به كار ديت.

ز.س

(۱) تفى نايتوجينى = Nitrogen base

(۲) كؤدؤن = Codon

واته دووباره جگه له وشى (موش) كه پيتش جولانى كم بونويه پاشاوى بديت و وشه كان ماناى خؤيان له دست داوه.

نيتا نه گىر سى پيتى يلك له دواى يلك لاييهين، شيعره كه بىم جؤرى خواروه دهره چيت:

موش هيچ است زير چنگ گرگ

گرگ چون موش است زير پاى فيل

دهينين كه جگه له يلك وستانى بچوك كه جيتگاي جولانده ديارى ده كات پاشاوى وشه كان به كيتى و همدو ها ماناى خؤيان پاراستوه.

دهوانين تاقيركنه و به كى تر له بام بهدين به بزوانى زؤر كردن كه دووباره به هيمان له بام ده گيه نوه. هه لىمته ليكؤل هروانى تر له رنگاى جيا جياوه توانيان دروستى لىم تيزى سى پيتى بونوى وشه كانى زمانى جين بهسلينن. تاييه نمندى و سيفاتى تر له زمانى جينه كان دا بيمراوه كه بهرتر برتين له:

۱. همه گىر بونى يا به كيتى زمان - همدو بونوهو زيندووه كان له تايؤس و باكترياره تا كامل ترين و پينگه يشتو ترين رووك و گيانوهو، به هيمان له بفاى چوار دان و هيمان وشى سى پيتى پيامه كانى خؤيان له

247

خونگی لہو تہ سہرہ کاندہ دادہ بفرزت، و توشی دلہ راو کیہ کی توند دہیت.

۲- دہمارہ کونندام: نہخوش ہست بے گتڑیون و ووڈو ووڈ لہ گوتچکدا دہکات، و زور ناگاداری دہورہر نایت و ہست بھیلایکی و شہکتی دہکات.

۳- کونندامی ہرس

نہخوش حیز بے خواردن ناگات، نمیش توندی کم خونگیہ کہ زیادہ دہکات، لہندیک جاردا ناوہم و زسانی ہورہ دہکات.

چار سہرہ:

کمی ناسن لہلشد، گونگترین ہوی کم خونگیہ، لہندہ نامی بے خوارکی و پتدوستی زوری لہش بے ناسن ہورہ لہ کاتی سکپری یا زوریونسی کوشہ سہرورین (پنویٹی) یا شیردان یا لہندہ نامی لہو نہخوشیانی مژنی ناسن لہلشد کم دہکندوہ وک دہرہنیانی پارچہ بک لہگدہ یا لہو نہخوشانی بے مژنی ریخولہ بیان ہدیہ (Malabsorption). بلام گونگترین ہوکاری کمی ناسن لہنیری پتہ بشتودا برتیہ لہوریشتنی خون لہ کونندامی ہورہ ہوی نہخوشہ کہ ہستی پتہ بکات بے تاییستی لہوانی کتوشی نہخوشہ خراپہ کان ہورن وک شیرپہنجی گدہ ریخولہ، لہورہ پتہ بستی ہوکاری کم خونگیہ کہ دباری بکرت، پتہ ہوی دست بکرت بے چارہ سہرہ.

چار سہرہ لہرنگای ناروتہ کانی ناسنہ لہرنگای دہورہ. دہوانرت، چارہ سہری زوری نہخوشہ کان لہرنگای ناسنہ کراوہ ساکارہ کانی دہورہ بکرت کمزیکمی ۱۸۰-۲۱۰ ملگم ناسنیاں تیدایہ وک گزگرداتی ناسنوز ۲۰۰ ملگم/روژی ۳ جار یا گلز کونناتی ناسنوز ۲۲۰ ملگم/روژی ۳ جار یا فیوماریتی ناسنوز ۲۰۰ ملگم/روژی ۳ جار پتہ بستی ہم ہورہ ہوامانگ ہورہوام بیت، تا لہو کاتمی خستی ہیملز کوشین دہگاتہ ناستی سروشٹی. نیشانہ لاوہ کیہ گونگہ کانی ہم ناسنہ بریتین لہنازار لہسکداو ہست بھیلچ دان و ہندیک جار رشانہو ہندیک جاری دیکہ روان ہورنہ بولہو ہسہ ہم نیشانہ لاوہ کیاندا زالبین پتہ بستی لہورہ دادا ژہمی کم کم ناسنہ بدین بے نہخوشہ، یا پندانی ناسنہ کہ راستہوخ دوی خوارک یا لہگدہ لہا.

چار سہرہ بے ہوی ناوتہ کانی ناسنہو بے شیوی دہوی

تہنا لہو کاتانہ پتہ بستی دہوی بے کارہ پتہ بستی کمزیک دباریان دہکات. وک لہو کاتانی کتہخوش ناتوانیت لہرنگای

دہورہ حیمی ناسن ہوات: بے ہوی توشیونی بے (بے مژنی ریخولہ) یا لہدنی بشتیک لہگدہ، یا لہکاتہ توندہ کانی کم خونگی دا.

کارہ ژہرہینہ کانی حیزی ناسن لہندہ لہا:

رہنگی حیمہ کانی ناسن، بریکدرو جوانہ، ہسہ چارہ کی ترسناک دادہرین بے لہو مندالانی بے حہلوی تہ دہگن و دہخون، ہندیک جار دہیتہ ہوی ژہرہوی ہونیکی زور خیرا، و لہوانشہ لہگہر لہش حیمیان زیاتر خوارہ بیت بیان کوژت.

لہنیشانہ کانی ہم ژہرہوی ہونہ: لہناوچوونیکی زوری کونندانی ہورہ لہگن ہیلچ و رشانہو دہبزی کاری سوری خون، لہوانہ لہش سہاتدا بیت و لہپاشدا لہماوی ۱۲-۲۴ سہاتدا دہریت.

باشترین فریکوتی سہرہای بے نمانہ:

خیرا رشانہو شتی گدہیہ، و لہپاشا پندانی کمیک شہ یا ماستہ.

ہورہا پتہ بستی دہرمانی دیفروکسامین (Deferoxmine) ی بدرتی کدہ گنل ناسنہ مژاوہ کدا ی کدہ گرت پتہ کاتوہ کی ناٹوز دہوست دہکات، کونندامی ہرس ناتوانیت بیژت. ہورہا دہشتوانرت ہم دہرمانی لہرنگای خونہ پتہ بستی بدرتی کہ لہگنل ناسنہ مژاوہ کدا ی کدہ گرت. لہپاشا بے ہوی میزہو فی دہرت.

باشترین خواراستن لہرہوای ہورن برتیہ لہلگرتی دہرمان دور لہندالہو، بے تاییستی لہرہوای نہ پتہ بستی.

REFERENCES

- 1- D- Bayer, "Drugs and therapeutics" 1st ed. 1973 UK.
- 2- John, H. Block: "Inorganic Medicin, and pharmaceutical chemistry" Bombay. 1986
- 3- Kushner, J.P: "Hypochromic anaemia" - Cecil Textbok of medicine - 18 th ed. 1988
- 4- Ries CA DV: "Agents used in anaemia in Baic and clinical pharmacology." 5th ed. 1992

خوبنه راس كوردن تازيز

زاناو پسيپوراني زانست لمانځ كړئ ده.

گوفاري زانستى سردهم - گوفاري خوته: رازو نيازكانى خوتى بولمېرېد، پيشنيانمكاني پيشكش بگه. له سوال و پاسه جيهانيهكاني زانستى لمانځو بې پېشې مگه. ترڅنمرو ليكلينمردكاني بولمېرېد، لمانځوونى گوفارو كتيبه زانستيهكاندا پاس ووتارى بولمېرچته بگه، به لمړمورون و تافيكردنمردكاني خوت لمانځواري زانستدا لمانځوونى بگه.

مهرجه كاني

بلا و كړدنه وهى و تار

له م گوفارهدا:

گوفاري - زانستى سردهم، والا به بول
بلا و كړدنه وهى همدو و بابو تيكس زانستى و
نه كاديښ، كه بواره كاني زانستى روت
Pure Science، و زانستى كردارى
Practical Science بگريته وه، بول
بلا و بوونه وهى هور ووتارو باسيك پيچيسته
رمپاوى نه م خالنه بگريته:

۱- تانها لمانځو ديونكي كاغذه كه نوسراييت، ديډر
پهريډ ارييت، روشهكان ديارين، يا چاپكراييت.
۲- لمانځو نيكارو هيكاريهكي له گه لدا ييت.
پيويسته لمانځو كاغذى جيا له نجام دراييت، و
له دوتوي ووتاركه دا نامازو بولمېرېد.

۳- له لمړيسين و ناماده كړدندا. به نه وهوى
نامازو سهرچاوهكان به ورپه نديي نوسر
به كاري هتفاوت كراييت و ناهى نوسر و سالي
چاپ و شوي چاينان ده رست نيشان كراييت.

۴- بولمېرېد ورتگراو. پيويسته فوټوگرافي دهقه
ودرگ اودكه (به هور زمانيك ييت) له گه لدا ييت. هيچ
ووتاريكي ودرگراو به بې دهقه نه سليه كه
بلا و ناكريته وه.

۵- وينم ووتارو ووتارو، ووتارو
زانستى د بولمېرېد د كاني و
باشتره، ووتارو ووتارو ووتارو
له گه لدا ييت.

۶- گوفارو كه، ماف به خوى دودات، كه ده ستكاري
زمان و داپشتن و زاراره زانستيهكاني دهقى نوسينهكان
بكات به ووشيوه يي كه له گه ل زمانى زانستى نه مېرودا
بگريته.

۷- هيچ نوسينيك به بلا و كړدنه يا بلا و كړدنه وه،
نادرته به خاوهنى.

"زانستى سردهم"

سینہ مایہ کی زور قایمہ تی

هم نامتړه نامتړې پشاندرې فيلمې سينمايه. له هر لوي يهك بيت، دهوايت لمرنگاي شو چاويلكې يې ليدل كړته چا ويله سينمايه كان له گڼل د هنگي سړي ودا بينيت. هم فيلمانه لمر ديسكي زړو بچرو نومار كړاوه و بشمې زمان د وېلاژ كړاوه. هر كاميك لمر سنايت بخښه شو ديات يو هلدېو تر لوت.

کامیابی کی قیدیوں کا رہی

نمونه کامیابی که فیذیری به کم دواپی بهدا کومپانیای
ایپاسونیکای ژاپنی دروستی کرده به مقدمه یبری دست
دایست هموو کاره گان نهجام دداث، دستاورت
نوبتترت به کومیتو ترویج.

كاميرا قيديو ساعات ليهك كاتدا

بهرتانه‌كان لهم دوايسدا ناسميرتكي نوتان دروست كسروده، گبريتبه اسمعانتك ده‌گرتشه مه‌سك، كماترايه‌كي قيدوي تيدايه.

نوژده‌وه‌كاني كارگي (هيولت بيگارد) لشاري برستوني به‌رتاني شم ناميره زور بهوگه‌يان دروست كسروده كه‌ديسكيني زور وودي كومپيترى تيدايه، ده‌وانيت هم‌وو گرده‌كان نه‌جام بدات و تنها به ۸۰ پاونيشه، شم كامتريه ده‌وانرست بنوسيترت بعث‌ممو ته‌لفزيون كومپيترنگوو رته‌كاني يشان بدات.

تَهْلِكُونَ وَلَهُ نَجَاتٌ

نعم نامیتره، نامیتری، تلهفونی سالی (۲۰۰۰)،
شاهیده کی گمراهی پیویدیه، بو پیوهندیه گانی نعمیتریت
به گارد، هیتریت و دتوانیت همسو دتورده گان
توماریکات، و تمنا لرینگی قویچه گمراه ده چیته سر
هیلی پیوهندیه گانی نعمیتریت و، سفرخیکی زور هموزان
پیوهندیه گان جی به جی داکات، و چارویوان ده کرت
کوتایی نعمال لیمارارو دیتوبنوی زرتور دهراری نعم
نامیتره، بزانت پیوهندی به نعمیتریت یورو بکه لمر گودی:
(WWW.Alcotel.com.)

(WWW.Alcatel.com.)

[A]

